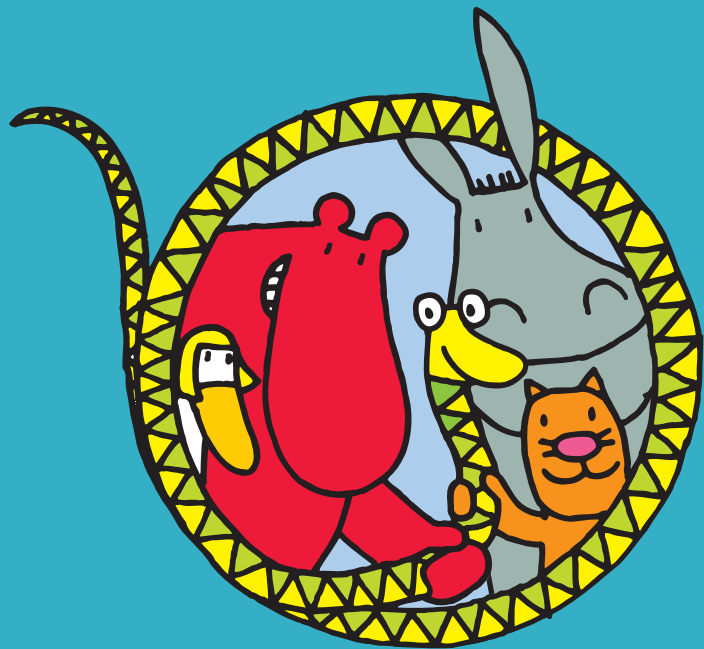


CM 5323T



Una guida agli stili di vita sani, ricca di riflessioni, approfondimenti e percorsi didattici. Un utile strumento per accompagnare i bambini alla scoperta di tutte le cose – cibo sano, attività all'aperto, sport, ma anche un ambiente piacevole, il teatro o il cinema – che contribuiscono al loro benessere.

L'ASINO ETTORE & CO.  
PRESENTANO



# IL MONDO DI...

È UN PROGETTO EDUCATIVO  
SUGLI STILI DI VITA DEI BAMBINI

## guida per l'insegnante



Comitato scientifico: Annamaria Giannoni, Mariano Giacchi, Margherita Primi,  
M. Cristina Zannoner, Rosa Bianco Finocchiaro, Maria Teresa Scotti

Il kit didattico-educativo è realizzato con la collaborazione  
del gruppo di progetto interregionale “... e vai con la frutta”

Progetto editoriale: Giunti Progetti Educativi  
Responsabile editoriale: M. Cristina Zannoner  
Testi: Rosa Bianco Finocchiaro, Maria Teresa Scotti  
Illustrazioni: Agostino Traini  
Grafica e impaginazione: Lorenzo Domizioli  
Coordinamento editoriale: Roberta Masselli  
Redazione: Morgana Clinto  
Ufficio tecnico: Elena Orsini

[www.salute.gov.it](http://www.salute.gov.it)  
[www.creps-siena.eu](http://www.creps-siena.eu)  
[www.giuntiprogettieducativi.it](http://www.giuntiprogettieducativi.it)

© 2010 Giunti Progetti Educativi S.r.l., Firenze  
Prima edizione: novembre 2010  
Stampato presso Giunti Industrie Grafiche S.p.A. – Stabilimento di Prato



# **IL MONDO DI...**

## **guida per l'insegnante**

Questo progetto educativo è stato pensato all'interno di un percorso didattico rivolto ai bambini del secondo biennio della scuola primaria. Intende affrontare tutti gli aspetti della vita quotidiana che contribuiscono a determinare uno stile di vita salutare.

È uno strumento didattico-educativo proposto all'interno del Progetto "... e vai con la frutta", composto da un libro per ragazzi e da una guida per l'insegnante. Come testimonial sono stati scelti una serie di personaggi: Ettore e i suoi amici, quattro animali, ciascuno con una personalità ben precisa, che insieme guideranno i bambini in questo percorso finalizzato al raggiungimento di un corretto stile di vita.

La metodologia scelta è quella dell'educazione attiva, dove i bambini sono invitati a scoprire, ad osservare, sperimentare in un modo nuovo, a cominciare da se stessi ma aprendosi all'altro, al mondo che li circonda.

L'intervento che viene proposto è interdisciplinare e dovrebbe coinvolgere i docenti ma anche i genitori e tutte le altre figure di riferimento.

Il libro per ragazzi nasce con l'intento di migliorare lo stile di vita attraverso la conoscenza dell'ambiente che ci circonda.

La guida vuole essere un sussidio per il docente ed è articolata in modo sistematico: a una prima parte descrittiva, d'inquadramento generale, ne segue una più operativa, in cui si suggeriscono varie attività da fare con i bambini, oltre a quella presente nel quaderno, descrivendone sia le *life skills* e gli ambiti disciplinari coinvolti sia gli obiettivi formativi e didattici.

Non ci resta che augurarvi un buon lavoro e iniziare insieme ad Ettore e ai suoi amici questo viaggio che vi accompagnerà durante tutto l'anno scolastico.

## LA FAMIGLIA (PP. 2-3)

La famiglia è il “luogo” in cui si sperimentano e si imparano i primi comportamenti, quelli che tendono a ripetersi e a durare a lungo nella vita: da qui la necessità per i docenti di riconoscere i comportamenti sani, da incoraggiare, e quelli distruttivi sui quali intervenire anche con un’azione educativa e preventiva.

I bambini, spesso, tendono a idealizzare la famiglia e pensano ad essa come insostituibile e speciale. Anche gli adulti pensano alla propria famiglia come un luogo speciale, in cui sono capiti e incoraggiati a perseguire le proprie aspirazioni.

Il concetto di famiglia è molto complesso e non uguale per tutti i bambini; sarà l’insegnante che li guiderà alla scoperta dei componenti che costituiscono il loro nucleo familiare, tenendo conto anche di situazioni complicate (assenza di uno o più genitori, famiglie allargate, bambini in affido, bambini che vivono in case-famiglia ecc.) oggi così frequenti.

Sempre più spesso i genitori si trovano in difficoltà a esercitare il loro ruolo per le tante sollecitazioni esterne cui i bambini sono sottoposti. La famiglia stessa è a volte portatrice di “non valori” e presenta modelli negativi: incentiva la violenza («non ti far sottomettere dai tuoi compagni, attacca sempre!»), non aiuta ad accettare le sconfitte («devi sempre vincere, a tutti i costi!»), stimola la prepotenza («fatti valere!»). Fortunatamente non sempre è così, ma a volte, pur insegnando valori positivi, le difficoltà che la famiglia vive per i più svariati motivi (perdita del lavoro, problemi economici, disagio morale ecc.) vengono trasmesse ai bambini come insoddisfazione o apatia, altrettanto dannose.

Tutte queste situazioni investono l’insegnante che deve interpretare le situazioni psicoaffettive del bambino e i suoi conflitti o rapporti con gli altri membri della famiglia.

### Guida all’immagine e percorsi didattici

Questa scheda invita i bambini a descrivere le persone con le quali condividono le giornate, i momenti belli e quelli brutti. Il primo personaggio della banda che si presenta è Ettore, insieme a tutti i suoi parenti, ma contemporaneamente viene presentata una famiglia tipo: padre, madre e due bambini.

Il bambino è invitato a descrivere i componenti della sua famiglia e a indicarne una caratteristica significativa. In basso, invece, è chiamato a dire cosa fa abitualmente nei giorni di festa. Il disegno sulla famiglia può aiutare l’insegnante a comprendere quali sono i membri e come sono stati collocati dai bambini. Con l’aiuto di alcune domande si può verificare se le coalizioni sono rigide o tendono a cambiare a seconda degli accadimenti, e quindi non compromettono il buon funzionamento della famiglia. Altra proposta educativa potrebbe essere quella di far portare al bambino una foto della propria famiglia, incollarla su un foglio e fargli disegnare se stesso e, sotto forma di fumetto, una presentazione di sé a tutti i componenti, mettendo in evidenza le caratteristiche fondamentali del suo carattere, della sua persona ecc.

### OBIETTIVI FORMATIVI

GESTIRE LE PROPRIE EMOZIONI

PRENDERE CONSAPEVOLEZZA DI SÉ

ACCETTARE L’AUTORITÀ

RAPPORTARSI CON GLI ALTRI

### OBIETTIVI DIDATTICI

CONOSCERE LA GERARCHIA NELL’AMBITO FAMILIARE

CONOSCERE LE RELAZIONI TRA I VARI MEMBRI

### LIFE SKILLS

DECISION MAKING

PROBLEM SOLVING

COMUNICAZIONE EFFICACE

CAPACITÀ DI RELAZIONI INTERPERSONALI

AUTOCONSAPEVOLEZZA

GESTIONE DELLE EMOZIONI

### AMBITI DISCIPLINARI

ITALIANO

STORIA



## LA CITTÀ (PP. 4-7)

Una città è fatta di palazzi, strade, giardini, ma anche di biciclette, macchine, autobus; è il luogo in cui andiamo a scuola, incontriamo gli amici, passeggiamo. Un luogo che amiamo e che vorremmo perfetto: magari con più parchi, più alberi, meno traffico e più pulito. Un luogo che tutti noi possiamo rendere migliore ogni giorno. Andando a scuola a piedi o in bicicletta, risparmiando l’acqua, gettando i rifiuti nei posti giusti. Ma anche vivendolo al meglio, vedendolo con il cuore, conoscendo la sua storia. La finalità principale di questa scheda è accompagnare i bambini alla conoscenza della propria città, delle sue istituzioni, delle sue regole, dei suoi monumenti, delle sue strade, di tutto ciò che la circonda.

Si è ritenuto opportuno indicare la città e non il comune, perché di solito si definisce “città” il luogo in cui si vive, indipendentemente dalle sue caratteristiche. Per “comune” s’intende un’entità amministrativa determinata da limiti territoriali precisi in cui vive una certa popolazione; è l’ente locale fondamentale. La “città” è invece un’area urbana che si differenzia dal paese per dimensioni, densità di popolazione e importanza. Il titolo di città viene dato dal Presidente della Repubblica, in base al Decreto Legislativo 267/2000, art. 18: «Il titolo di città può essere concesso con decreto del Presidente della Repubblica su proposta del Ministero dell’Interno ai comuni insigni per ricordi, monumenti storici e per l’attuale importanza». Ogni città ha un assetto urbanistico in cui la strada è il fulcro fondamentale: è elemento principale di collegamento, di relazione, di incontri ma rappresenta anche un ostacolo insormontabile per i bambini. Per questo è importante capire, fin da piccoli, come è organizzata la città e comprendere le regole per potersi muovere con tranquillità. Verso gli 8 o 9 anni, il bambino comincia ad assaporare un po’ di autonomia. È importante, perciò, che impari la segnaletica stradale e le sue regole. Più prenderà dimestichezza con queste, più sarà in grado di muoversi con sicurezza, anche se accompagnato, a piedi e in bicicletta e imparerà che rispettare le regole è fondamentale.

### Guida all'immagine e percorsi didattici

A sinistra troviamo la banda di Ettore che descrive la città in cui vive, una tipica città di mare. A destra i bambini dovranno mettere una crocetta sulle caratteristiche della propria città, indicando se è al mare, in montagna ecc. Il secondo disegno indica il numero di abitanti della loro città: 350.000. A destra i bambini dovranno indicare quanti abitanti conta la propria città. L'ultimo disegno descrive alcune caratteristiche della città: la presenza di strade sia in salita che in discesa. A destra il bambino è invitato a descrivere i mezzi che utilizza per andare a scuola. Una proposta alternativa potrebbe essere quella di far indicare al bambino le persone con cui va a scuola e, con un disegno e con alcuni pensieri, le sensazioni ed emozioni che prova nell'andarci. Le sue sensazioni possono riguardare sia le attività che svolgerà quella mattina sia le persone che lo accompagnano o che incontra abitualmente durante il tragitto. Il docente potrebbe utilizzare questa ipotesi alternativa per misurare il grado di benessere, agio o disagio che il bambino prova.

Altra proposta potrebbe essere un'ipotesi proiettiva del tipo: «Se fossi un mago andrei a scuola in questo modo». Dalle descrizioni dei bambini si potranno valutare la loro fantasia e capacità di immaginazione. Nella seconda parte si vuole avvicinare i bambini alla loro città da un punto di vista conoscitivo e affettivo. A sinistra i personaggi spiegano che la loro città ha un clima molto freddo in inverno e caldo in estate, mitigato dalla presenza del mare, e bellissime cose da vedere. A destra i bambini dovranno descrivere tutte le cose che fanno della loro città: notizie legate al paesaggio, curiosità, storia ecc. In basso dovranno incollarne una foto.

Un'altra attività potrebbe essere suddividere la classe in gruppi da 4-5 bambini, ognuno dei quali sceglierà un aspetto della città: tradizioni, monumenti, palazzi, personaggi... In questo modo la si potrà raccontare in modo globale. Un'attività divertente potrebbe anche essere un album creato dai bambini. La classe può fare una o più uscite per osservare la città e disegnarne i luoghi più importanti. Ogni bambino potrà anche disegnare il proprio autoritratto; poi si potranno ritagliare le figurine e incollarle sull'album. Se colorate le figurine, il vostro album sarà più bello.

#### OBIETTIVI FORMATIVI

CONSAPEVOLEZZA DELL'ORGANIZZAZIONE DELLA CITTÀ E DEL SUO ORDINAMENTO GIURIDICO

#### OBIETTIVI DIDATTICI

CONOSCERE L'ASSETTO URBANISTICO DELLA CITTÀ

CONOSCERE LA PROPRIA CITTÀ DAL PUNTO DI VISTA STORICO, ARTISTICO E CULTURALE

COMPRENDERE LE CAUSE DELL'INQUINAMENTO

APPRENDERE I PRINCIPI DELL'EDUCAZIONE STRADALE

#### LIFE SKILLS

DECISION MAKING

PENSIERO CRITICO

#### AMBITI DISCIPLINARI

ITALIANO

STORIA

GEOGRAFIA



## IL PARCO (PP. 8-9)

La parola “parco” evoca l'idea del verde, del gioco, dell'aria pura, del luogo in cui divertirsi insieme agli altri, passeggiare, correre, andare in bicicletta: insomma, tutte idee piacevoli.

Nei nostri desideri immaginiamo sempre una città con tanti giardini, parchi attrezzati con alberi e fiori, dove poter trascorrere alcune ore, portare i bambini a spasso, giocare. In realtà nelle nostre città gli spazi verdi sono sempre di meno, stretti tra i palazzi e non sempre ben tenuti, anche grazie all'incuria di chi li frequenta.

Le città negli ultimi cinquant'anni sono state caratterizzate da un'espansione enorme, che però non ha determinato un'eguale espansione di spazi verdi. Ogni giorno il traffico e l'inquinamento raggiungono livelli pressoché insostenibili. Tuttavia negli ultimi tempi le cose stanno cambiando: le città si progettano in modo diverso, perché ci si è resi conto che il verde al loro interno è fondamentale per il benessere dell'uomo. Oggi si va procedendo nella riqualificazione urbana di zone sempre più ampie, con aree verdi che sono vere e proprie oasi nelle città. Queste aree sono importanti anche per l'impatto positivo che hanno sul clima (le piante assorbono le polveri sottili, producono ossigeno, creano ombra, favorendo una maggior ventilazione d'estate, e assorbono le radiazioni solari, riducendo il calore estivo). Le aree verdi svolgono anche una funzione sociale come spazi ricreativi ed educativi, dove fare sport e entrare in contatto con la natura attraverso le sue forme (alberi, piante, fiori ecc.), e producono in noi una sensazione di benessere che migliora notevolmente la qualità della nostra vita.

### Guida all'immagine e percorsi didattici

Nel nostro percorso ci facciamo guidare dalla banda di Ettore che decide di trascorrere una giornata al parco.

Nella parte di sinistra ci sono tanti bambini che giocano. A destra il bambino è invitato a segnare i giochi che trova nel parco dove va solitamente. Il gioco all'aperto e il movimento sono una delle aree fondamentali del programma “Guadagnare Salute”: “più movimento per guadagnare salute”.

Nel bambino il movimento – correre, passeggiare, andare in bicicletta – è importante per mantenere una buona forma fisica, ma anche per le ossa e per il cervello. L'insegnante cercherà di far comprendere quanto sia importante muoversi invece che passare tante ore davanti alla tv o al computer.

La seconda attività proposta è caratterizzata dal rappresentare il parco o giardino dove si va giocare.

La parte successiva è più descrittiva: “Fatti raccontare un vecchio gioco di strada”. Qui il bambino farà ricorso ai racconti della mamma, della nonna, di qualche “grande” che gli dirà quali giochi faceva all'aperto quando aveva la sua età. L'insegnante, sulla base dei racconti, potrà fare un cartellone dal titolo: *Così si giocava una volta...* in cui saranno descritti e raffigurati i giochi tipici (campana, i quattro cantoni, mosca cieca, regina reginella, nascondino...), che si potranno poi fare veramente. Tutto ciò servirà ai bambini per rinforzare le relazioni e i legami con le persone più anziane di loro.

Altra proposta potrebbe essere un questionario da somministrare, attraverso i bambini, alle famiglie, per conoscere la situazione “del verde” nel loro territorio, chiedendo anche qualche ipotesi di miglioramento. Una volta raccolti i questionari e valutate le risposte, si potrà decidere di realizzare alcune delle cose suggerite, con il coinvolgimento della scuola, ma anche del comune di appartenenza, attraverso, ad esempio, il recupero e la valorizzazione di qualche spazio poco attrezzato o mal curato cui dare nuova vita.

**Obiettivi formativi**

CONSAPEVOLEZZA DEL PROPRIO CORPO  
CAPACITÀ DI RELAZIONE CON GLI ALTRI

**Obiettivi didattici**

CONOSCERE L'ASSETTO URBANISTICO  
DELLA CITTÀ  
COMPNDERE LE RELAZIONI TRA PARI  
E CON GLI ADULTI

**Life skills**

PENSIERO CRITICO  
CAPACITÀ DI RELAZIONI INTERPERSONALI

**Ambiti disciplinari**

SCIENZE  
GEOGRAFIA  
EDUCAZIONE FISICA



**GIOCHI AL CHIUSO (PP. 10-11)**

Oggi è assodato che il gioco non è soltanto un passatempo, associato al puro divertimento concesso ai bambini prima e dopo le cose più serie e relegato alla fine della giornata scolastica. Il gioco è educante: attraverso esso il bambino può conoscere il mondo, apprendere le regole, stare con gli altri, controllare e gestire la propria emotività, sperimentare e percepire nuovi percorsi di autonomia.

Il gioco in tutte le sue forme individuali, simboliche, collettive, drammatiche, assume una forte valenza educativa nell'evoluzione del bambino dalla prima infanzia sino all'età adulta: gli permette di soddisfare autentici bisogni tra cui comunicare, socializzare, creare.

Nel giocare, infatti, fin da bambino l'uomo sperimenta con successo la possibilità di intervenire attivamente sugli elementi che lo attorniano, trasfigurandoli all'interno del proprio vissuto, modificandoli per renderli più congruenti con le idee e i progetti costruiti mentalmente e creando nuove esperienze o nuove situazioni.

Il gioco è molto utilizzato in psicologia perché è liberatorio e terapeutico; è stato studiato da antropologi e sociologi per approfondire alcuni periodi e identità storiche. In pedagogia si è cercato di evidenziare la sua ricchezza e varietà e la sua molteplicità di espressioni e articolazioni.

**Guida all'immagine e percorsi didattici**

In questa cartella la banda si cimenta in numerose attività: il disegno, il puzzle, il computer, la lotta ecc. Il bambino è chiamato poi a indicare tutti i giochi che conosce e descrivere quelli che

fa in casa. Questa descrizione sarà importante per comprendere come il bambino trascorre il suo tempo libero, ma soprattutto se passa molto tempo da solo o in compagnia di fratelli e amici. Sarà compito del docente spiegare che è necessario fare attività varie e non solo giochi sedentari. Anche se non possiamo uscire, alterniamo ai giochi al computer giochi più dinamici! Altra ipotesi potrebbe essere quella di imparare come giocavano i bambini delle civiltà passate che si stanno studiando (i Greci, i Romani ecc.) e vedere se alcuni giochi, pur con nomi diversi, possono somigliare ai nostri.

Altra proposta potrebbe riguardare i giochi da tavolo. Invitiamo i bambini a scrivere su un cartellone quelli che conoscono: gioco dell'oca, domino, memory, tombola, mercante in fiera ecc. Identifichiamo i giochi da tavolo secondo alcune caratteristiche: hanno un grande tabellone, hanno delle carte, si può essere eliminati... Certamente i bambini saranno bravissimi a proporre delle caratteristiche: invitiamoli a rappresentarle con un piccolo disegno. Fotocopiamo i disegni e facciamoli incollare accanto ai giochi sul cartellone.

**Obiettivi formativi**

VALORE DEL GIOCO  
INTERAGIRE CON ALTRI COETANEI

**Obiettivi didattici**

CONOSCERE L'IMPORTANZA DEL GIOCO  
COMPNDERE LE VARIE TIPOLOGIE DI GIOCHI

**Life skills**

PENSIERO CRITICO  
GESTIONE DELLO STRESS

**Ambiti disciplinari**

ITALIANO  
STORIA  
EDUCAZIONE FISICA  
CITTADINANZA E  
COSTITUZIONE



**GLI ANIMALI DOMESTICI (PP. 12-13)**

Stare con gli animali fa bene ai bambini? A livello intuitivo viene da rispondere di sì. Molti ricordano quanto piacevole fosse da bambini giocare con il proprio gatto o cane. Secondo alcuni psicologi, l'animale rappresenta per l'uomo un “valore referenziale”,<sup>2</sup> un essere diverso da sé con cui avere uno scambio importante e insostituibile. Il rapporto con gli animali può avere un effetto benefico sul bambino, sull'anziano, sul diversamente abile. Lo sviluppo psicologico del bambino può essere favorito dal contatto con gli animali, che determina una corretta crescita socio-emotiva, elevati livelli di empatia e di stabilità psichica. Nella loro programmazione gli insegnanti mettono spesso in evidenza come nell'apprendimento sia importante privilegiare non solo l'aspetto didattico-cognitivo ma anche quello affettivo. Diventa dunque importante nell'attività quotidiana promuovere azioni mirate a educare affettivamente gli alunni, organizzando in modo produttivo il loro lavoro e privilegiando le attività di gruppo, affinché siano sempre emotivamente equilibrati, lavorino vo-

lentieri, e imparino a trovare in se stessi e nel gruppo le risorse per affrontare le difficoltà. Il rapporto del bambino con l'animale gli permette, in modo apparentemente semplice, di comprendere le emozioni altrui. Nella palestra socio-emotiva che si crea nella loro relazione, per il bambino sarà facile decodificare e interpretare le fusa del gatto o lo scodinzolio del cane, e presto creerà in sé il modello operativo interno di tale relazione, in cui a una sua azione (tirare la coda al gatto) corrisponderà una reazione (scappare, graffiare ecc.); quindi aumenterà le sue competenze emotive ed empatiche (ovvero la capacità di sentire quello che l'altro pensa o sente).<sup>3</sup>

La presenza di animali in classe è formativa anche se realizzata soltanto attraverso percorsi teorici, percorsi motori, giochi e attività didattiche, lezioni specialistiche, attività di osservazione. Basti pensare come spesso i bambini hanno una rappresentazione poco chiara e realistica degli animali, più vicina a quella proposta dai cartoni animati che alla realtà. Le attività didattiche avranno la funzione di correggere le distorsioni presenti e colmare le lacune.

Questi percorsi attivi, vivi e gioiosi, motiveranno gli alunni a un apprendimento coinvolgente e promuoveranno in loro la conoscenza di linguaggi diversi, di comportamenti non verbali, di caratteristiche fisiche e permetteranno il raggiungimento di una competenza relazionale che è alla base di una corretta crescita emotiva per vivere in armonia con sé e con gli altri.

### Guida all'immagine e percorsi didattici

La banda di Ettore descrive quanto è bello avere un animale, giocarci, prendersi cura di lui, rispettarlo ecc. Il bambino è poi invitato ad aggiungere altri motivi e a indicare, in una serie di disegni, l'animale che somiglia a quello che ha o gli piacerebbe avere. Nella parte in basso invece dovrà incollare la foto del proprio animale o di quello che vorrebbe. L'insegnante dovrà spiegare ai bambini la bellezza del possedere un animale e, se non possono averne uno, far loro comprendere l'importanza degli animali nella nostra vita. Possedere un animale non è come possedere una bambola, ma vuol dire averne cura, rispettarlo non facendogli fare cose che non gli si addicono, tenerlo pulito, farlo uscire quando ha bisogno, dargli da mangiare, giocarci.

Di solito queste cose vengono fatte con entusiasmo appena l'animale arriva a casa, ma col passare del tempo alcune persone si stancano, tanto che, senza tanti scrupoli, l'abbandonano, magari quando devono partire per le vacanze. Facciamo capire che un animale non si può abbandonare, e una volta che vive con noi dobbiamo prendercene cura e rispettarlo. Per avere un animale non è necessario comprarlo, ma si può prenderne uno in un canile della nostra città; sarà bello e simpatico come uno acquistato in un allevamento e saprà ripagarci col suo affetto.

Un'ipotesi di attività potrebbe essere quella di disegnare un animale (cane, gatto o altri) che si è distinto per qualche fatto che abbiamo letto o che ci hanno raccontato (ad esempio un cane che ha aiutato il suo padrone in pericolo) oppure un animale "famoso" protagonista di avventure lette o viste alla televisione (Rex, Lassie ecc.). Il tutto servirà all'insegnante per mettere in evidenza quanto sia importante, anche se talvolta un po' faticoso, prendersi cura di qualcuno.

### Obiettivi formativi

RAPPORTARSI CON ALTRI ESSERI VIVENTI  
IN MODO APPROPRIATO

### Obiettivi didattici

RAZZE DI ANIMALE  
CANILE

### Life skills

PENSIERO CREATIVO  
COMUNICAZIONE EFFICACE

### Ambiti disciplinari

ITALIANO  
SCIENZE



## MUOVERSI IN CITTÀ (PP. 14-15)

Da sempre l'uomo ha la necessità di muoversi e di trasferire cose, animali e persone da un luogo a un altro. Nel corso dei millenni i mezzi di trasporto hanno subito notevoli evoluzioni. I più antichi sono rappresentati dal carro, in seguito all'invenzione della ruota, e dai tronchi degli alberi per la navigazione fluviale. Già in epoca neolitica, infatti, abbiamo raffigurazioni di piroghe e carri. Ma furono i Romani che per primi costruirono una grande rete di vie di comunicazione per controllare i propri territori, allargare i confini e trasportare le merci. Ciò determinò la nascita di numerose città lungo le vie di comunicazione, incentivando l'economia e i commerci.

L'epoca delle scoperte e delle conquiste coloniali incrementò gli scambi commerciali e dette impulso al miglioramento dei trasporti per mare. La rivoluzione industriale, con le nuove scoperte (macchina a vapore) e l'utilizzo di nuove fonti di energia (carbone, energia elettrica) rivoluzionò i mezzi di trasporto, decretando la nascita della ferrovia e dei battelli a vapore, incrementando la velocità ed economicità dei trasporti e la nascita di porti.

La scoperta dei motori a combustione, poi, ha portato alla costruzione di moto e automobili. Il XX secolo è infine il secolo della conquista dei cieli, con l'aeroplano, e dello spazio, con i veicoli spaziali. Il miglioramento dei mezzi di trasporto è accompagnato da quello delle infrastrutture e dall'incremento della velocità degli spostamenti. Per i bambini l'idea di muoversi coi mezzi di trasporto ha significati molto diversi: si usano per andare a scuola, al lavoro, a far spese, ma anche per andare in vacanza, a fare una passeggiata ecc. Il bambino, forse per abitudine, non sempre si rende conto di tutte le azioni che compie: sa che ogni mattina va in macchina a scuola, e quando esce c'è qualcuno ad aspettarlo. È importante invece, far comprendere anche il valore dello spostamento, del viaggio, breve o lungo che sia; ci permette di osservare ciò che ci circonda, vedere nuovi paesaggi, incontrare altre persone. È necessario far comprendere quanto sia importante muoversi a piedi, quando è possibile, perché ci aiuta a stare meglio ed essere sempre in movimento.

### Guida all'immagine e percorsi didattici

La banda di Ettore illustra i vari modi in cui si muovono le persone in città; loro si muovono a piedi. Il bambino è invitato a segnare il mezzo col quale va abitualmente a scuola.

Altra proposta potrebbe essere quella di organizzare percorsi a piedi alla scoperta del proprio quartiere: un vero e proprio tour, per invitare i bambini a osservare con attenzione tutto ciò che si trova lungo il percorso. Alla fine ne potrebbe derivare una lezione: nell'andare a piedi si incontrano tante persone e si possono osservare angoli "nascosti" che magari non sempre notiamo. Un'ulteriore proposta potrebbe essere quella di scoprire come i mezzi di trasporto sono cambiati nel corso del tempo. Quali mezzi usavano i Romani o i Greci? Come venivano trasportate le merci? Sarà l'insegnante a stabilire se raffigurarlo attraverso cartelloni o con ricerche, anche con l'ausilio di internet.

**Obiettivi formativi**

PRENDERE CONSAPEVOLEZZA DELLO SPAZIO PER ACQUISTARE L'AUTONOMIA

**Obiettivi didattici**

COMPRENDERE L'ORGANIZZAZIONE VIARIA DELLA CITTÀ

CONOSCERE LE TAPPE EVOLUTIVE DEI MEZZI DI TRASPORTO

**Life skills**

PENSIERO CRITICO

**Ambiti disciplinari**

ITALIANO

STORIA

GEOGRAFIA



## LA SCUOLA (PP. 16-17)

La scuola, insieme alla famiglia, è un riferimento fondamentale per la vita del bambino. È il luogo dove trascorre gran parte della giornata, impara a rapportarsi con gli altri e sviluppa le proprie capacità emotive, cognitive e relazionali. Secondo lo psicologo Jerome Bruner<sup>4</sup> i bambini, attraverso l'interazione con i loro coetanei, scoprono cos'è la cultura e si vanno costruendo le conoscenze e i vari significati, sia nel contesto scolastico che in quello familiare e quotidiano. La famiglia è il luogo in cui il bambino apprende le prime nozioni, il nucleo che quotidianamente si prende cura di lui, e la scuola non può perseguire fino in fondo le sue finalità di educazione e formazione senza la sua stretta collaborazione. La scuola può indicare alcuni comportamenti inadeguati, può contribuire a modificare stili di vita non corretti, ma affinché la sua azione risulti veramente incisiva necessita della famiglia. Ecco perché qualunque iniziativa dovrà prevedere il coinvolgimento della famiglia: proprio attraverso i bambini è possibile far passare alcuni messaggi che potranno aiutare la famiglia stessa nella sua opera educativa. Anche se la scuola oggi si trova spesso in difficoltà nel rapporto con la famiglia, nella quale si possono a volte riscontrare evidenti segni di difficoltà: degrado, violenza, incoerenza... ciò non deve scoraggiare. La scuola, anche attraverso l'introduzione di una nuova disciplina, "Cittadinanza e Costituzione",<sup>5</sup> cerca di riaffermare i valori fondanti della nostra tradizione culturale, sanciti e riconosciuti nella Carta Costituzionale. Si legge infatti nel documento d'indirizzo: «La realizzazione degli obiettivi proposti e da perseguire, le strategie da adottare e le collaborazioni da attivare per tradurre i principi di cittadinanza, democrazia e legalità in patrimonio

culturale dei singoli, in modelli di vita e in comportamenti coerenti è legata al coinvolgimento di tutto il personale scolastico, alla sua sensibilità, alla sua crescita professionale. La sfida maggiore investe i docenti di tutte le aree disciplinari, che devono ricercare e valorizzare i contenuti, le metodologie e le forme di relazione e valutazione degli apprendimenti che maggiormente favoriscono la partecipazione e il coinvolgimento degli alunni, la percezione di star bene a scuola, la consapevolezza di essere in una comunità che accoglie, che mette in pratica le regole del vivere civile e sociale, che dialoga con le istituzioni e con la società civile organizzata, che sa apprendere». La scuola pertanto insegnerà l'accoglienza e il rispetto dell'altro, anche se diverso per cultura, lingua, nazionalità, praticherà l'attenzione al più debole e al perseguimento della giustizia. Insomma si farà promotrice di tali valori, contribuendo alla formazione dei ragazzi, non solo sotto l'aspetto didattico, ma anche riguardo l'intero sviluppo della persona, senza mai cercare di sovrapporsi alla famiglia, in uno spirito di collaborazione e integrazione fattiva con essa.

**Guida all'immagine e percorsi didattici**

Questa scheda rappresenta una scuola. È veramente bella! Piena di colore, di allegria: ci sono i giochi, gli alberi, tanto spazio per giocare all'aria aperta. I nostri amici ci si trovano proprio bene. A destra il bambino è invitato a presentare i suoi compagni di classe in modo simpatico: disegnando la loro faccia. Un'altra proposta didattica potrebbe essere quella di raffigurare la propria scuola. È uguale a questa? È più bella? C'è un bel giardino dove giocare durante la ricreazione? Molte altre cose si potrebbero chiedere... spetterà all'insegnante approfondire gli aspetti più importanti. Altra proposta potrebbe essere: disegna la scuola come la vorresti. In questo modo la fantasia dei bambini sarà libera di esprimersi. L'insegnante dovrà guidarli a prendere in considerazione tanti aspetti: la scuola "ideale" dovrebbe avere un parco, dei giochi, essere costruita in modo sicuro, pulita, rispettare l'ambiente...? Sarà interessante, alla fine, riflettere su come i bambini abbiano rappresentato la loro "scuola ideale".

**Obiettivi formativi**

IL SIGNIFICATO DELLA COMUNITÀ EDUCANTE

**Obiettivi didattici**

MIGLIORARE IL RAPPORTO CON GLI ALTRI

CONOSCERE LE REGOLE DELLE ISTITUZIONI E RISPETTARLE

VIVERE LA SCUOLA COME LUOGO DI APPARTENENZA

**Life skills**

DECISION MAKING

COMUNICAZIONE EFFICACE

CAPACITÀ DI RELAZIONI INTERPERSONALI

AUTOCONSAPEVOLEZZA

EMPATIA

GESTIONE DELLE EMOZIONI

**Ambiti disciplinari**

ITALIANO

STORIA

LINGUA STRANIERA





## IL SONNO E I TEMPI DELLA GIORNATA (PP. 18-19)

Il sonno è il tempo in cui l'organismo si riposa. Non è un tempo perso, ma di ricarica, durante il quale si è incoscienti e si modificano le funzioni metaboliche: il battito del cuore rallenta, il ritmo del respiro si attenua. Il sonno non è uguale per tutti, ma tende a modificarsi con l'età e per fattori sociali e ambientali. Pensiamo al bambino: nei primi mesi dorme anche 20 ore al giorno, man mano che cresce sempre di meno; intorno agli 8 anni dovrà dormire almeno 10 ore al giorno. Gli anziani non riposano più di 6 ore. Con l'età cambia anche la qualità del sonno: per il bambino è profondo e rigeneratore, per l'adulto lo sarà sempre di meno.

Il sonno è anche influenzato da fattori ambientali e sociali: com'è possibile dormire in un luogo scomodo, poco accogliente? Anche l'aver svolto durante il giorno lavori molto pesanti, di grande responsabilità, contribuisce a contrastare e ostacolare il riposo. Il sonno ha regole ben precise, che è bene rispettare. Per un bambino dormire è essenziale per garantire una miglior qualità della vita ed evitare disturbi importanti. È dimostrato che un bambino che dorme poco è a rischio di obesità: uno studio di Jacques Montplaisir e Dominique Petit<sup>6</sup> dell'Università di Montréal (Canada) nel 2008 ha analizzato circa 1200 bambini tra i 2 anni e mezzo e i 6 e ha evidenziato che il 26% di quelli che dormono meno di 10 ore a notte è in sovrappeso, mentre lo è il 10% di quelli che dormono 11 ore. Questo è determinato, secondo lo studio, dal fatto che quando dormiamo di meno il nostro stomaco produce in quantità maggiori l'ormone che stimola l'appetito e riduce la produzione dell'ormone che ha la funzione di ridurre l'assorbimento di cibo.

Tutto ciò conferma che il sonno è veramente importante nei bambini e i disturbi legati al cattivo sonno non vanno sottovalutati.

Come già detto, per assicurare un buon sonno, vanno seguite semplici regole (vale per tutti, anche per gli adulti). Innanzitutto il bambino dovrà rispettare orari precisi per andare a dormire e non aspettare che arrivi il sonno. Ciò potrà essere un po' condizionante per i genitori o chi si prende cura di lui, ma questo piccolo sacrificio sarà ricompensato! La sera il bambino non dovrà dedicarsi a occupazioni che lo potrebbero eccitare (giochi troppo "energetici"), consumare pasti pesanti o trascorrere ore davanti alla tv fino ad addormentarsi, ma dovrà essere aiutato a rilassarsi, ad esempio attraverso una lettura, anche fatta da un adulto, tranquilla e rasserenante, tale da conciliargli il sonno.

### Guida all'immagine e percorsi didattici

Nella banda di Ettore c'è chi la sera esce e fa tardi, chi si addormenta davanti alla tv, mentre qualcuno va a dormire sempre alla stessa ora e la mattina seguente è ben riposato e in grado di affrontare gli impegni della giornata. Il bambino sarà chiamato a indicare le ore a cui si dedica alle varie attività (a che ora si alza, fa colazione, esce di casa ecc.).

Un'altra proposta potrebbe essere far illustrare ai bambini un sogno che hanno fatto; potranno scegliere se disegnarlo o descriverlo con una piccola composizione. L'insegnante potrà così com-

prendere meglio i bambini, aiutandoli, se necessario, e rassicurandoli su cose che li preoccupano, senza per questo diventare uno psicologo, ma solo al fine di contribuire a realizzare un clima di benessere nella classe.

### Obiettivi formativi

SAPER GESTIRE EMOZIONI E PAURE

### Obiettivi didattici

CONOSCERE LA FISIOLOGIA DEL CORPO UMANO

RISPETTO AL SONNO

### Life skills

PENSIERO CRITICO

COMUNICAZIONE EFFICACE

### Ambiti disciplinari

ITALIANO

SCIENZE

ARTE E IMMAGINE



## L'ALIMENTAZIONE E I PASTI (PP. 20-21)

Il rapporto con il cibo è complesso, intimo, quotidiano; è denso di significati simbolici e psicologici, richiama le radici del piacere e delle identità, si definisce all'interno di una cultura, muove il senso dell'appartenenza.

Alla base di qualsiasi approccio culturale sull'argomento vi è il rapporto tra alimentazione e inconscio: ognuno di noi ha un rapporto complesso con il cibo, costruito da una lunga evoluzione psicologica, culturale, affondata in radici primordiali definite fin dal primo incontro con il seno materno. È per questo che una corretta educazione alimentare non può diventare un facile sunto di prescrizioni rigide. Si è visto che in base ai dati del 2010 dell'indagine "OKkio alla salute"<sup>7</sup> circa il 23% dei bambini esaminati risultano in sovrappeso e ben l'11% obesi. Questi dati sono allarmanti e impongono strategie e correttivi non più procrastinabili. Una delle principali cause è l'eccessiva e cattiva alimentazione. Infatti un introito eccessivo di calorie durante l'infanzia può portare facilmente al sovrappeso e, successivamente, all'obesità. Le cattive abitudini che s'imparano da bambini saranno sempre più difficili da abbandonare in età adulta, con tutte le conseguenze che ne deriveranno. Il compito fondamentale della scuola è non solo educare i bambini a un'alimentazione sana, ma anche accompagnarli nella conquista di un atteggiamento individuale che consenta loro di capire, scegliere e trovare il proprio benessere a tavola.

La nostra alimentazione è scandita dall'alternarsi di pasti nella giornata. Iniziamo con una buona prima colazione! È fondamentale per tutti, ma soprattutto per i bambini, per fornire i nutrienti necessari per affrontare la giornata. Ciò è dimostrato da numerose evidenze scientifiche sia nazionali che internazionali. L'omissione della colazione determina difficoltà di concentrazione e di memoria. Nonostante ciò, questo è il pasto più "dimenticato" e sottovalutato, sia dai grandi sia dai bambini: invece deve fornire fonti energetiche di rapido utilizzo, come i carboidrati, ma anche

proteine e grassi che prolungano il senso di sazietà. Dovrebbe coprire circa il 15-20% del fabbisogno giornaliero di calorie, divise tra proteine (10-13%), grassi (circa il 27%), carboidrati (55-60%). L'alimento da privilegiare, per il suo apporto di calcio, dovrà essere il latte o lo yogurt, cui si aggiungeranno pane, fette biscottate, cereali, biscotti o una fetta di torta fatta in casa; a seguire un frutto, per il giusto apporto di vitamina C.

La colazione deve essere un piacevole momento da condividere con i propri familiari; molto spesso però si riduce a qualche cosa mangiato di corsa, mentre si scendono le scale o si sale in macchina per andare a scuola. Dalla seconda raccolta dati di "OKkio alla salute" si è riscontrato che nelle regioni del Sud, dove si conferma un livello maggiore di sovrappeso e obesità tra i bambini, è più frequente anche l'abitudine a non fare la prima colazione o almeno a farla in modo non adeguato. La prima colazione è importante per i bambini perché, dopo il prolungato riposo e digiuno notturno, fornisce l'energia per affrontare la giornata. Infatti, una colazione bilanciata e uno spuntino leggero, come uno yogurt o un frutto, per la merenda di metà mattina permettono di arrivare al pranzo con il giusto appetito. Al contrario, quando si salta la colazione si tende a mangiare in modo eccessivo a merenda e ad arrivare all'ora di pranzo con scarso appetito; questo comporta un maggior consumo di alimenti non salutari. Per ovviare a queste conseguenze dannose, occorre abituare il bambino a fare una corretta prima colazione. Per farlo è necessario l'esempio dei genitori: è importante svegliarlo dieci minuti prima perché abbia il tempo di sedersi a tavola con tranquillità. La colazione dovrà diventare una pausa piacevole prima di affrontare la giornata e contribuire a creare il benessere indispensabile per un equilibrato sviluppo del bambino, necessario a consolidare uno stile salutare destinato a durare nel tempo.

Il pranzo, che si consuma spesso a scuola, è molto importante ed esiste una regolamentazione comunale sulla sua composizione. Per i bambini è un momento di condivisione e familiarità con i coetanei, contribuisce a creare un clima costruttivo e a consolidare rapporti di amicizia e aiuta a imparare le regole dello star bene a tavola.

### Guida all'immagine e percorsi didattici

Osserviamo Ettore e gli altri intorno a una tavola imbandita con latte, yogurt, pane, frutta, torte, biscotti. Sottolineano la necessità di iniziare la giornata con una colazione sana. Poi c'è la merenda di prima mattina, e vediamo i nostri amici intenti a trasportare un carrettino di frutta e verdura. Nell'ultimo disegno si raffigura un altro momento importante: il pranzo a scuola.

Questi spunti aiuteranno l'insegnante a sottolineare l'importanza di un alternarsi equilibrato dei pasti. Nella parte destra il bambino è chiamato a descrivere quali alimenti consuma a colazione, quindi la merenda e il menù per il pranzo che preferisce. L'insegnante potrà così valutare il rapporto che il bambino ha col cibo e la sua conoscenza dei principi di una buona alimentazione.

Altra proposta didattica potrebbe essere far conoscere ai bambini come sono organizzati gli alimenti. Questi sono divisi in cinque gruppi: frutta e verdura (frutta, ortaggi e legumi); cereali e de-

rivati (pane, pasta, biscotti, prodotti da forno, patate, cereali); latte e derivati (latte, formaggi, yogurt); carne, pesce, uova e legumi; grassi da condimento. Tutti questi gruppi devono essere consumati giornalmente e alternati nel corso della settimana.

L'attività potrebbe consistere nel formare un mazzo di 40 carte, dividere la classe in 5 gruppi (i gruppi di alimenti) e consegnare loro 8 carte. Ogni gruppo dovrà scrivere su ogni carta un "suo" alimento. Le carte saranno quindi mischiate e si inizierà a giocare. Lo scopo del gioco è formare combinazioni di 5 carte di gruppi diversi. Per far questo, a turno, ogni gruppo chiede a un altro una carta mancante; se questo la possiede, la deve cedere in cambio di una che manca a lui. Vince il gruppo che per primo riesce a completare il mazzetto dei cinque gruppi di alimenti.

### Obiettivi formativi

COMPRENDERE IL VALORE DI UN'ALIMENTAZIONE CORRETTA

### Obiettivi didattici

CONOSCERE L'IMPORTANZA DEI PRINCIPI ALIMENTARI

CONDIVIDERE IL CIBO CON GLI ALTRI (SIGNIFICATI E RELAZIONI)

SCEGLIERE L'ALIMENTAZIONE PIÙ IDONEA PER LA PROPRIA CRESCITA

### Life skills

DECISION MAKING  
PENSIERO CREATIVO  
PENSIERO CRITICO

### Ambiti disciplinari

ITALIANO  
SCIENZE  
LINGUA STRANIERA



## FRUTTA E VERDURA (PP. 22-25)

Frutta, verdura e legumi sono molto importanti per la crescita dei bambini. Questi alimenti fanno parte della nostra tradizione culturale, ma spesso i più piccoli – e non solo – tendono a sottovalutarli e rifiutarli. Invece contengono vitamine, sali minerali e fibre di cui abbiamo bisogno, e l'importanza di consumarne almeno cinque porzioni al giorno comincia a essere abbastanza recepita. Oggi esistono molti programmi che insistono sulla necessità di un'alimentazione corretta. Infatti il MIUR con il Programma *Scuola e Cibo – Piani di educazione scolastica alimentare* si prefigge di introdurre l'educazione alimentare quale materia trasversale e interdisciplinare, coinvolgendo le scuole di ogni ordine e grado e le università. Tale programma è rivolto non solo agli alunni, ma ai genitori e ai docenti, e sollecita l'adozione di stili di vita salutari. Il consumo di frutta e verdura è anche raccomandato dai pediatri, che nei loro incontri con bambini e genitori ne sottolineano la grande valenza nutrizionale.

Nell'indagine di "OKkio" più volte ricordata si dice che un bambino su quattro non consuma regolarmente frutta e verdura e solo il 7% ne consuma 5 porzioni. Come si può constatare, la strada è ancora lunga! Ma la scuola può giocare un grande ruolo. Sarà l'insegnante, attraverso le sue at-

tività, a sottolineare la necessità di incrementare il consumo di frutta e verdura, tenendo conto anche della stagionalità dei prodotti. La visita alla fattoria didattica o l'allestimento dell'orto a scuola saranno poi uno strumento importante per imparare quando si coltivano i prodotti, di quale zona sono originari ecc.

Se i bambini attraverso gli insegnanti riescono a recepire le buone abitudini, non sempre riescono a metterle in pratica a casa. Ecco perché, come abbiamo ribadito, è importante collaborare con la famiglia, anche attraverso i bambini che diventano veicolatori di messaggi.

Oggi siamo abituati a mangiare tutto l'anno prodotti che una volta si trovavano solo in alcuni mesi. Ma ogni stagione ha i suoi frutti che, se consumati nel periodo giusto, sono più buoni. Se mangiamo le albicocche a dicembre dobbiamo sapere che non sono state coltivate nel nostro Paese, ma provengono da Paesi che si trovano all'altro capo del mondo, sono state conservate in celle frigorifere o coltivate in serra. Pertanto abituiamoci a consumare i prodotti secondo le stagioni: essendoci una grande varietà di frutta e verdura, sicuramente troveremo quella che riuscirà a soddisfarci! Grande è anche l'importanza dei legumi – i vegetali che appartengono alla famiglia delle Leguminose: fagioli, piselli, lenticchie, ceci e fave –, che forniscono proteine, amido e fibre, tutte sostanze necessarie per il benessere del nostro organismo. Anche questi alimenti non sempre vengono consumati dai bambini.

Questi prodotti hanno un'origine antica: furono coltivati per la prima volta in Medio Oriente, per poi diffondersi in Europa Centrale e Meridionale. Fanno parte della tradizione gastronomica italiana e appartengono alla cosiddetta "cucina povera": non perché siano poveri di proprietà nutritive, ma perché costano poco. Fino a una cinquantina di anni fa, nella civiltà contadina, i legumi erano uno degli alimenti più consumati, cucinati prevalentemente in minestra, da soli o con altre verdure. Oggi queste tradizioni si stanno riscoprendo e questi alimenti stanno vivendo "una nuova stagione".

### Guida all'immagine e percorsi didattici

Ettore fa un elogio della frutta, sottolineando la sua importanza, il fatto che è molto buona e bella da vedere. Mette in evidenza che ogni stagione ha i suoi prodotti, la frutta è ricca di vitamine ed esistono tanti modi per gustarla (come frutto singolo, frullata, tagliata a pezzetti o in marmellate, gelatine o torte). A destra il bambino è invitato a completare il disegno di un albero con foglie e frutta e a indicare quali frutti preferisce. In basso c'è poi il disegno di una tavola, dove il bambino dovrà raffigurare se stesso e la frutta che mangia di solito.

Nella seconda parte è rappresentato un banco del mercato, dove i nostri amici ammirano i colori e le forme di verdure e legumi. In basso vediamo una cucina. Tutti sono intenti a preparare piatti gustosi: sformato di zucchine, pasta e fagioli, sugo di pomodoro, insalata, pizza con gli spinaci ecc. A destra è raffigurata una grande tavolata, e il bambino è invitato a disegnare piatti a base di verdura e legumi che conosce e mangia.

Un'altra proposta didattica potrebbe essere un laboratorio del gusto, facendo fare degustazioni di frutta e verdura ai bambini. La degustazione può essere preparata con una scheda predisposta dall'insegnante e distribuita ai bambini, divisi in gruppetti di 4 o 5. A ogni gruppo sarà assegnato un frutto o un ortaggio, di cui si dovranno segnare sulla scheda le caratteristiche (forma, colore, odore, sapore e altre). Al termine ogni gruppo presenterà il suo lavoro e si potrà finire con una bella merenda a base di frutta e verdura di stagione. Altra proposta potrebbe essere quella di realizzare un calendario della stagionalità di frutta e verdura. Sarà sufficiente prendere due cartelloni, uno per la frutta e un altro per la verdura; nella parte orizzontale segneremo i mesi e in quella verticale i frutti o ortaggi. Potremo segnare una x in corrispondenza del mese e dei suoi prodotti. Ad esempio a marzo segneremo una x in corrispondenza dell'arancia, un'altra per i mandarini e le mele... Alla fine avremo il nostro calendario dei prodotti di stagione da appendere in classe.

### Obiettivi formativi

COMPNDERE L'IMPORTANZA  
DI UN'ALIMENTAZIONE VARIA

### Obiettivi didattici

CONOSCERE LA TIPOLOGIA  
FRUTTA/VERDURA/LEGUMI

COMPNDERE LA COMPOSIZIONE  
DEGLI ALIMENTI

SCEGLIERE GLI ALIMENTI RISPETTO ALLA LORO  
STAGIONALITÀ E PROVENIENZA

### Life skills

DECISION MAKING  
PENSIERO CREATIVO  
PENSIERO CRITICO

### Ambiti disciplinari

ITALIANO  
SCIENZE



## LE FATTORIE DIDATTICHE (PP. 26-29)

I bambini oggi hanno sempre meno occasioni di venire in contatto con la natura per osservare da vicino il ciclo delle stagioni, la genesi dei cibi più comuni, la trasformazione dei prodotti alimentari. Una fotografia aggiornata di questo ci viene dal CEJA, il Consiglio Europeo dei giovani agricoltori, che ha realizzato un'indagine significativa. Tra i 2400 bambini tra i 9 e i 10 anni di diversi Paesi intervistati emergono risultati poco incoraggianti: il 50% non sa da dove viene lo zucchero, il 75% ignora l'origine del cotone, solo il 40% collega il pane alla farina.

Le fattorie didattiche contribuiscono, pertanto, ad avvicinare due mondi apparentemente lontani: quello urbano, nel quale i bambini sono inseriti quotidianamente, e quello rurale, che per gran parte di loro è quasi sconosciuto; offrono alla scuola la possibilità di creare un utile partenariato per arricchire l'offerta formativa con metodologie osservative, esperienziali, emozionali vissute concretamente. La campagna è un luogo pieno di fascino, fatto di tradizioni, culture, mestieri che spesso non si conoscono. Valorizziamo tutto ciò!

Nel nostro Paese fino a una cinquantina di anni fa gran parte delle persone vivevano di agricoltura; poi pian piano l'avvento dell'industria ha fatto sì che le campagne venissero abbandonate. Oggi è quasi l'inverso: nonostante siano pochi coloro che vivono del lavoro della campagna, si stanno riscoprendo le vecchie tradizioni, il modo di mangiare di un tempo, si sta cercando di recuperare una qualità di vita migliore che tenga conto del nostro benessere.

D'altro canto dobbiamo fare i conti con una generazione di giovanissimi che hanno spiccate competenze informatiche e tecnologiche, ma sono disabituati a guardarsi intorno per scoprire l'origine delle cose: quali sono gli alimenti più importanti? Da dove vengono? La fattoria didattica può diventare un laboratorio di didattica partecipata. La metodologia attiva, con un approccio diretto, favorisce la conoscenza dei sensi. La didattica messa in atto privilegia tre assi dell'apprendimento:

- il sapere (conoscenza);
- il saper fare (competenze spendibili);
- il saper essere (l'alfabetizzazione emotiva).

Manipolare, raccogliere, seminare, trasformare, costruire, privilegia il saper fare, così come ascoltare le storie e conoscere le tradizioni stimola la curiosità, la creatività, l'espressività.

Le fattorie didattiche dunque favoriscono un sapere vissuto, sperimentato, che aiuta a costruire la propria identità. Visitandole si impara come si fanno il pane, il formaggio, il miele, il latte; come si coltivano i pomodori, come si raccolgono le olive... I ragazzi stessi potranno cimentarsi in queste attività! Al momento del pranzo potranno poi assaporare le cose fatte durante la visita. Poiché ogni stagione ha le sue caratteristiche e i suoi prodotti, sarà bene ripetere tali visite in periodi diversi dell'anno.

### Guida all'immagine e percorsi didattici

La banda va a visitare una fattoria didattica e i quattro amici si cimentano in varie attività. Salgono su un trattore, vedono tanti animali... I bambini invece sono chiamati a indicare tutti gli animali che hanno visto.

Anche in questo caso si può suggerire un'altra attività. Nella fattoria didattica ci sono alberi, piante, fiori: possiamo raccoglierne alcuni, chiedendo come si chiamano. Una volta tornati in classe, l'insegnante prenderà un cartellone sul quale potrà scrivere: *Gli alberi e i fiori della campagna*. Ogni bambino attaccherà quello che avrà raccolto, accanto scriverà il nome, il frutto che produce (che disegnerà), le caratteristiche delle foglie, dell'albero, quando matura... alla fine si sarà creato un vero e proprio atlante vivente.

Nella fattoria la banda di Ettore guarda e conosce gli animali, ma anche le attività che si fanno. Impara come si fa il pane, dalla coltivazione del chicco alla sua maturazione, alla raccolta delle spighe, alla produzione della farina... Infatti vediamo i nostri amici intenti a prepararlo e infine a cuocerlo. Altri invece si dedicano alla raccolta della frutta e della verdura. Finché arriva il momento della merenda: frutta, pane, marmellate, latte, formaggio... tutti insieme intorno alla tavola as-

saggiano le cose che hanno fatto anche loro! A destra il bambino è chiamato a descrivere quali esperienze ha fatto nella fattoria didattica o in una giornata nella natura e cosa gli è piaciuto di più. Altra ipotesi potrebbe essere descrivere, sia con disegni che con i materiali raccolti, un processo di produzione completo. L'insegnante potrebbe dividere la classe in piccoli gruppi. Ognuno di essi sceglierà un prodotto: il latte, il pane, la marmellata, il miele... Si prenderanno dei cartelloni e ogni gruppo, secondo la propria creatività, racconterà il processo e l'eventuale esperienza che ha vissuto. Per il pane ad esempio si metterà un chicco, poi la spiga, si disegnerà il trattore che è servito per la mietitura e così via. I percorsi possibili sono vari: per temi (gli animali, i cereali), per strade (la strada dell'olio), per filoni (animali della fattoria, agricoltura biologica), riferiti alla civiltà rurale (i vecchi mestieri, gli attrezzi della civiltà contadina...), per laboratori (dai cereali al pane, dalle olive all'olio...). Sarà l'insegnante a scegliere quello che si adatta meglio alla classe.

### Obiettivi formativi

IL VALORE DEL MONDO ANIMALE E VEGETALE

### Obiettivi didattici

CONOSCERE L'ORGANIZZAZIONE

DEL MONDO ANIMALE

COMPRENDERE LA VARIETÀ DEL MONDO VEGETALE

### Life skills

DECISION MAKING

PENSIERO CREATIVO

### Ambiti disciplinari

ITALIANO

SCIENZE



## L'ORTO DIDATTICO (PP. 30-31)

L'orto didattico è un'esperienza estremamente educativa per i bambini. La scuola, come sappiamo, tra le sue finalità ha anche quella di contribuire a formare la personalità. Tra le discipline e nozioni vi sono anche l'educazione all'uso e rispetto dell'ambiente e i principi di una sana alimentazione. Pertanto la decisione di creare nella scuola un orto didattico può aiutare i bambini ad avvicinarsi alla natura come qualcosa di prezioso da proteggere e curare. Inoltre il rapporto con la natura arricchisce la sensibilità di ciascuno e fa percepire anche la dimensione del mistero della vita. Un'iniziativa di educazione agro-alimentare come la realizzazione di un orto didattico suscita nei bambini la consapevolezza di essere strettamente legati alla natura, e li stimola ad adottare stili di vita rispettosi dei suoi equilibri. Permette di sperimentare attività manuali concrete, che richiedono un impegno costante e prolungato nel tempo. Grazie a queste attività all'aperto, in una dimensione che contribuisce al loro benessere fisico e psicologico, i ragazzi impareranno i cicli naturali e i legami tra sole, terra, ortaggi, animali d'allevamento e il cibo di cui ci nutriamo.

### Guida all'immagine e percorsi didattici

La banda di Ettore ci racconta la creazione di un orto. Tutti insieme hanno imparato a piantare, lavorare, coltivare la terra e hanno potuto vedere la crescita di ciò che avevano seminato... poi lo han-

no raccolto e mangiato tutti insieme. Nella pagina di destra i bambini dovranno incollare la foto del loro orto e elencare, disegnandoli, tutti i prodotti che hanno coltivato.

Altra proposta educativa potrebbe essere quella di conoscere le piante nei loro tanti colori, forme, profumi. Ai bambini saranno dati semi vari. Ognuno planterà il proprio in un vasetto e vi apporrà un cartellino con il proprio nome e il nome del seme. Ogni giorno i bambini dovranno prendersi cura della piantina; non appena sarà spuntata la prima fogliolina, andranno nell'orto e la trapianteranno. In questa seconda fase saranno guidati alla conoscenza delle tecniche di coltivazione: innaffiatura, concimazione, e apprenderanno la differenza fra coltura biologica e uso di sostanze dannose per l'ambiente. Alla fine dell'anno potranno raccogliere il frutto del loro lavoro e portarlo a casa. È consigliato scegliere semi che piantati all'inizio della primavera producano frutti a maggio-giugno.

**Obiettivi formativi**

IL VALORE DELLE ATTIVITÀ MANIPOLATIVE  
PRENDERE COSCIENZA DEL VALORE DEL TEMPO  
E DELL'ATTESA

**Obiettivi didattici**

CONOSCERE I PRODOTTI DELLA NATURA  
SCEGLIERE I PRODOTTI RISPETTO ALLA  
STAGIONALITÀ  
COMPNDERE LE VARIE TECNICHE  
DI COLTIVAZIONE

**Life skills**

DECISION MAKING  
PENSIERO CREATIVO

**Ambiti disciplinari**

ITALIANO  
SCIENZE  
GEOGRAFIA



## LA SALUTE E L'IGIENE PERSONALE (PP. 32-33)

Educare i bambini all'igiene è un compito non facile: non sempre a loro piace lavarsi le mani o i denti, e hanno sempre qualcosa "di più importante" da fare.

L'esempio delle persone che li circondano è fondamentale, molto più di tante parole. La prima cosa da far comprendere è l'importanza di lavarsi le mani, perché siamo circondati da cose pulite in apparenza, ma che possono trasmettere microbi. Occorre lavarsi le mani prima di mangiare, dopo aver toccato cibi crudi, dopo essere andati in bagno, dopo aver giocato.

Altra nozione importante è quella di lavarsi i denti. È necessario imparare a farlo in modo corretto, tre volte al giorno, dopo i pasti principali, usando bene lo spazzolino, il filo interdentale, il dentifricio. Bisogna anche fare una doccia dopo aver giocato, dopo un pomeriggio con gli amici, dopo aver fatto sport. Gli abiti si sporcano, si suda e si possono formare germi, pertanto è necessario lavarsi e cambiarsi. Altro consiglio è quello di insegnare ai bambini a pettinarsi, con il pettine e la spazzola, anche per controllare la presenza dei pidocchi (o pediculosi del capo), che rappre-

sentano ancora oggi un problema frequente. Bisogna spiegare cosa sono e come si scoprono e combattono. Tutti questi consigli potranno avere una maggior incisività se dati dal pediatra, per l'autorità che rappresenta. Oggi per legge c'è l'obbligo di avere un pediatra per i primi 6 anni del bambino: poi i genitori possono scegliere se mantenerlo fino ai 16 anni di età o preferire il loro medico di famiglia. Il pediatra è molto importante per la crescita del bambino e per il genitore, col quale si dovrebbe creare un rapporto di fiducia e stima. È la figura di riferimento per la famiglia in quanto, oltre a prendersi cura della salute del bambino, si dovrà occupare del suo sviluppo globale, per contribuire alla sua crescita sana ed equilibrata. Il suo intervento sarà anche di prevenzione e di educazione sanitaria. Il bambino andrà dal pediatra per i controlli periodici (i cosiddetti *bilanci di salute*), per le vaccinazioni ma anche per avere consigli sull'alimentazione e sull'attività motoria più adatta alla sua crescita. Insomma il pediatra, insieme ai genitori (o chi per loro) e alla scuola, costituisce un altro tassello di questo mosaico che è il benessere totale del bambino.

**Guida all'immagine e percorsi didattici**

Nella scheda Ettore viene visitato dal suo dottore. È subito messa in evidenza la differenza tra il dottore degli animali, il veterinario, e quello dei bambini, il pediatra. Sono indicati alcuni consigli per l'igiene personale: lavarsi le mani, i denti, fare la doccia con regolarità. A destra il bambino è invitato a indicare quando usa gli oggetti che servono per la sua igiene personale. Deve poi indicare il nome e i consigli del suo pediatra.

Altra proposta didattica potrebbe essere un gioco sull'igiene. Si può dividere la classe in squadre di 4 o 5 bambini; ognuna sarà invitata a scegliere un tema legato all'igiene e a eleggere un caposquadra, che avrà il compito di fornire la risposta esatta.

L'insegnante preparerà una serie di domande (minimo 20).

Ad esempio: quando si lavano le mani? Come si usa lo spazzolino? A cosa serve il filo interdentale?... A ogni risposta esatta, la squadra vincente segnerà un punto; vincerà quella che raggiungerà più punti.

Altra proposta educativa potrebbe essere un esperimento con un microscopio per osservare i microbi e sottolineare l'importanza di lavarsi le mani. Innanzitutto si chiede ai bambini quando è necessario lavarsi le mani, segnando su un foglio tutte le risposte. Successivamente si andrà alla ricerca di oggetti che abitualmente toccano nei luoghi che frequentano a scuola (aula, cortile, mensa, bagni, attaccapanni ecc.). Tutti questi oggetti verranno poi presi e osservati al microscopio, e i bambini dovranno annotare tutto ciò che vedono. Alla fine l'insegnante cercherà di trarre delle conclusioni.



**Obiettivi formativi**

IL SIGNIFICATO DEL BENESSERE DEL PROPRIO CORPO, APPLICANDO NORME IGIENICHE E ATTUANDO SCELTE SALUTARI

**Obiettivi didattici**

CONOSCERE L'ORGANIZZAZIONE DELLE ASL  
CONOSCERE LE FIGURE PROFESSIONALI E LE LORO FUNZIONI (PEDIATRA, VETERINARIO ECC.)  
PROMUOVERE L'APPLICAZIONE DI PRATICHE IGIENICHE QUOTIDIANE

**Life skills**

DECISION MAKING  
PENSIERO CREATIVO  
PENSIERO CRITICO

**Ambiti disciplinari**

ITALIANO  
SCIENZE



**IL MOVIMENTO (PP. 34-35)**

Per crescere in modo sano e completo è necessario muoversi, non solo praticando un'attività sportiva (tennis, calcio, nuoto ecc.) ma essendo attivi, che vuol dire avere uno stile di vita dinamico, compatibile con i nostri impegni quotidiani. Una regolare attività fisica contribuisce a sviluppare il tessuto osseo e le articolazioni, aiuta a consolidare le masse muscolari e previene molte patologie dell'età adulta; pertanto è bene che queste abitudini si comincino ad apprendere fin da piccoli. Dai risultati dell'indagine di "OKkio alla salute" del 2008 si è notata una stretta correlazione tra la corretta alimentazione e la scarsa attività fisica. Risulta che solo 1 bambino su 10 ha un livello di attività motoria compatibile con la sua età e ben 4 bambini su 10 trascorrono più di 4 ore davanti a televisione, videogiochi, pc. Il programma "Guadagnare Salute", tra le quattro aree tematiche<sup>8</sup> d'intervento, prevede il movimento, a qualsiasi età, perché aiuta a mantenersi in buona salute.

Sicuramente la scuola, dove i bambini trascorrono molto tempo seduti nei banchi, è uno dei luoghi privilegiati per sensibilizzare i ragazzi sull'importanza del movimento. Sarà necessario far capire loro che quando si parla di movimento non si intende esclusivamente uno sport praticato a livello agonistico; per movimento s'intende l'attività motoria, ossia il piacere di muoversi, di correre, passeggiare, andare in bicicletta... mentre per attività sportiva ci si riferisce a uno sport specifico (danza, tennis, nuoto, karate ecc.). Si preferisce parlare di attività motoria che dà più l'idea di libertà, gioia piuttosto che di attività sportiva, che spesso è vissuta in senso troppo competitivo e rischia di escludere tutti quei bambini che per i motivi più svariati, non hanno attitudini e capacità per praticare tali attività ai livelli massimi. Il concetto da diffondere è che il movimento è importante per il nostro benessere, non solo fisico ma anche psichico, ci permette di creare gruppo, insomma di divertirci. È risaputo che è sufficiente praticare un'attività fisica per almeno 30 minuti al giorno, per migliorare la propria qualità di vita. È stata formulata anche una piramide del movimento<sup>9</sup> che prevede 4 sezioni:

1. Mezz'ora di movimento al giorno (giardinaggio e pulizie, usare le scale al posto dell'ascensore,

- andare al lavoro o a scuola a piedi, passeggiare, parcheggiare l'auto lontano da casa).
- 2. Attività da svolgere 3 volte alla settimana che servono ad aumentare la resistenza e a migliorare le nostre capacità di movimento (andare in palestra, camminare a passo veloce, praticare nuoto, tennis ecc.).
- 3. Attività da svolgere 2 volte alla settimana che servono ad aumentare la forza e a mantenere la massa muscolare (si tratta di attività più intense, per fisici già allenati).
- 4. Attività sedentarie da praticare il meno possibile.

**Guida all'immagine e percorsi didattici**

Ettore fa un elogio dello sport, affermando che esistono tante specialità diverse. Il bambino è invitato a incollare una foto o fare un disegno dello sport che pratica o vorrebbe praticare, mentre in basso può scrivere quali sono i consigli per fare movimento del suo pediatra. Dovrà poi rispondere a domande sulle sue abitudini e su cosa fa per stare bene. Altra proposta educativa potrebbe essere quella di far fare del movimento in classe, attraverso piccoli esercizi, facili da eseguire e che non richiedano grandi capacità atletiche. Si tratta di movimenti per cercare di correggere, o almeno diminuire, i rischi che derivano da una posizione scorretta dei bambini seduti per tante ore nei banchi. Tali movimenti non dovranno essere confusi con l'ora di educazione fisica, ma saranno intesi come piccoli esercizi che aiuteranno ad acquisire stili corretti. Per questa attività si potrà chiedere la collaborazione dell'insegnante di educazione fisica che aiuterà nella scelta degli esercizi più idonei. Ulteriore proposta è un "Diario del movimento". Ogni bambino è invitato ad annotare, giorno per giorno, le attività motorie che svolge. Al termine della settimana, l'insegnante farà condividere ai bambini ciò che hanno scritto. Servirà per verificare ciò che intendono per movimento e se necessario, ad apportare i dovuti correttivi, per far comprendere che svolgere un'attività motoria significa adottare comportamenti non sedentari e uno stile di vita "attivo".

**Obiettivi formativi**

RAGGIUNGERE LO STATO DI BENESSERE DEL PROPRIO CORPO, ASCOLTANDO LE SUE SOLLECITAZIONI E IMPARANDO A GESTIRE LE PROPRIE TENSIONI

**Obiettivi didattici**

CONOSCERE LA DIFFERENZA TRA ATTIVITÀ FISICA E ATTIVITÀ MOTORIA  
COMPNDERE LE VARIE TIPOLOGIE DELL'ATTIVITÀ SPORTIVA  
SAPER DISTRIBUIRE LE ATTIVITÀ MOTORIE NEL CORSO DELLA GIORNATA

**Life skills**

PENSIERO CRITICO  
GESTIONE DELLO STRESS

**Ambiti disciplinari**

SCIENZE  
EDUCAZIONE FISICA



## L'INTERCULTURA (PP. 36-37)

Questa scheda affronta un tema di grande attualità: l'intercultura, ossia l'integrazione dei bambini a scuola.

Negli ultimi anni la presenza di alunni stranieri in Italia sta assumendo proporzioni enormi: secondo l'indagine effettuata dal Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca<sup>10</sup> gli alunni iscritti nell'anno scolastico 2008-2009 hanno avuto un incremento, rispetto all'anno precedente, pari al 9,6%: «La presenza degli alunni stranieri, ormai un dato strutturale del sistema scolastico italiano, registra un'incidenza pari al 7% del totale degli studenti, raggiungendo in valore assoluto le 629.360 unità, rispetto a una popolazione scolastica complessiva di 8.945.978 unità».

Si può senz'altro affermare che l'Italia fin dall'inizio ha cercato di far integrare tutti i ragazzi, insistendo sull'intercultura come elemento arricchente per tutti, sia per i ragazzi che per gli insegnanti, e affrontando tale aspetto in modo trasversale.

Ogni giorno possiamo constatare, entrando nelle classi di qualsiasi scuola d'Italia, quanto tutto ciò sia vero. La scuola è diventata uno degli ambienti più multiculturali e forse anche quello dove questa situazione è vissuta con meno difficoltà, grazie alla preparazione dei docenti e alla disponibilità dell'ambiente. Certo, il problema del bambino diverso da noi, per colore di pelle o per lingua, può rappresentare un ostacolo, ma non tra i più piccoli. Nella scuola dell'infanzia, in quella primaria, i bambini sono più spontanei, non hanno ancora le barriere tipiche degli adulti.

La scuola, dunque, è un luogo privilegiato, in quanto i ragazzi vi trascorrono gran parte del loro tempo ed è il luogo dove avviene la loro formazione, anche per ciò che attiene alla loro personalità; a scuola imparano a stare con gli altri, a collaborare, a giocare in gruppo; la scuola è una grande palestra che li addestrerà per la vita. Per poter creare un'integrazione sempre più completa, in cui tutti si sentano accettati e accolti, è necessario mettere in campo numerose strategie che tengano conto di tutte le sensibilità e diversità.

Sarà compito dell'insegnante organizzare attività che favoriscano l'integrazione e le stesse opportunità di apprendimento e crescita serena per tutti. A tal proposito la *Convenzione sui Diritti dell'infanzia e adolescenza*<sup>11</sup> stabilisce che ogni bambino ha diritto all'istruzione, indipendentemente dalla lingua, religione o Paese d'origine.

Infine la presenza di bambini di altri Paesi rappresenta anche un'opportunità per aprirsi ad altre conoscenze, ad altre lingue per comunicare.

### Guida all'immagine e percorsi didattici

La banda di Ettore dice che comunicare con persone di Paesi diversi è molto interessante e insiste sull'importanza di imparare altre lingue. Il bambino è invitato a verificare ciò che ha imparato a scuola durante le ore di lingua straniera. Indicherà i nomi degli oggetti e altre espressioni che conosce.

Un'altra proposta didattica potrebbe essere "Fatti raccontare una fiaba da...". A ogni bambino si chie-

de di farsi raccontare dai genitori o dai nonni una fiaba. Perché la fiaba? Perché evoca colori, sapori, immagini diverse ed è un genere narrativo universale. In ogni fiaba ci sono racconti di conquiste, inganni, gioia, dolore; sono racconti che si tramandano da una generazione all'altra e sono presenti nelle tradizioni orali di ogni popolo. Chiedere a tutti, compresi i genitori dei bambini immigrati, contribuisce a colmare quel vuoto che si determina ogni qualvolta ci si allontana dal proprio Paese.

Altra proposta educativa potrebbe essere creare un calendario interculturale, che tenga conto di tutte le festività e le ricorrenze delle culture e delle religioni di ogni Paese. Perciò, oltre alle feste riconosciute dal calendario Gregoriano (adottato dalla maggior parte dei Paesi del mondo), si inseriranno le festività dei Paesi di origine dei bambini della classe. Si potranno prendere 12 cartelloni sui quali si segneranno i giorni del mese e accanto la festività corrispondente.

### Obiettivi formativi

IL VALORE DELLA DIVERSITÀ

### Obiettivi didattici

CONOSCERE LE ALTRE LINGUE E TRADIZIONI

RISPETTARE LE DIVERSITÀ



### Life skills

DECISION MAKING

PROBLEM SOLVING

COMUNICAZIONE EFFICACE

CAPACITÀ DI RELAZIONI INTERPERSONALI

AUTOCONSAPEVOLEZZA

EMPATIA

### Ambiti disciplinari

ITALIANO

LINGUA STRANIERA

MEDIATORE CULTURALE

## LA BIBLIOTECA (PP. 38-41)

La biblioteca è quasi un luogo magico: per entrare non bisogna pagare, è aperta a tutti. È sufficiente fare una scheda d'iscrizione e poi si possono prendere i libri, leggerli e portarli a casa per un periodo stabilito. In biblioteca si trovano libri, ma anche giornali, film, video; è possibile navigare in internet. Ci sono sale di consultazione e studio dove si hanno a disposizione enciclopedie e dizionari; sale con giornali e riviste; c'è la sala del fondo antico, dove sono raccolti libri d'epoca, a partire dalle prime edizioni a stampa; c'è il fondo locale in cui si possono trovare libri sulla storia della propria città. Poi la parte che più ci riguarda: la sezione ragazzi, che normalmente si divide in 0-6 anni, e sale per ragazzi più grandi. La biblioteca però non è solo un luogo per leggere, offre tante altre attività: lettura ad alta voce, laboratori di scrittura, incontri...

In un'epoca in cui il computer svolge un'azione sempre più diffusa, molti hanno diminuito l'abitudine di leggere. Invece leggere un libro è un'avventura meravigliosa: veniamo in contatto con altri mondi, conosciamo altre tradizioni e culture, possiamo compiere viaggi meravigliosi, pur non spostandoci da ca-

sa. La lettura rappresenta un'altra fonte di conoscenza, un'esperienza mediata attraverso il linguaggio, le emozioni, le immagini dei protagonisti delle varie avventure; permette di arricchire il proprio vocabolario, aumenta la memoria, potenzia le capacità logiche e cognitive. Leggere arricchisce e amplia la fantasia, ci fa provare emozioni. Ci sono tanti modi per leggere; uno è quando un grande legge a un bambino. Ciò è molto importante per la crescita della sua personalità; serve ad accrescere la relazione di tipo affettivo e cognitivo ed entrare in sintonia. Leggere con un adulto permette al bambino anche di condividere le emozioni, attenuare le ansie, ottenere spiegazioni e rassicurazioni. Spesso i bambini non amano leggere, perché sono presi da altre attività. Il ruolo dell'insegnante è far prendere loro confidenza coi libri, anche attraverso il tatto e l'olfatto (prendiamo in mano un libro nuovo e confrontiamolo con uno che era dei nostri genitori; tocchiamo le pagine, sfogliamo...).)

### Guida all'immagine e percorsi didattici

La banda di Ettore si trova in una biblioteca con diversi ambienti: il bancone del prestito, i tavoli per consultare e leggere, gli scaffali aperti dove ognuno può scegliere il proprio libro, una postazione internet. Il bambino nella pagina destra trova una serie di copertine di libri: potrà scrivere il titolo o raffigurare quello che gli è piaciuto di più. La seconda parte mostra una biblioteca dove si svolgono alcune attività, come la lettura a voce alta e un laboratorio. Il bambino è invitato a scrivere perché gli piace o non gli piace andare in biblioteca.

Altra proposta didattica potrebbe essere quella di fare "un libro", ad esempio un giornalino della classe sulla vita scolastica, con le tecniche più varie (collage, ritaglio di figure, stoffa ecc.).

Ancora, si potrebbe fare la descrizione di una giornata trascorsa in biblioteca, le sensazioni che il bambino ha provato, le cose che ha imparato ecc.

Un'altra proposta potrebbe essere quella di organizzare una biblioteca di classe. Ogni bambino s'impegna a portare da casa due libri che gli sono piaciuti. In questo modo si potrà disporre di circa 40-50 libri. Il tutto potrebbe essere organizzato come una vera e propria biblioteca, con tutti i servizi: la tessera di appartenenza, il prestito ecc. Al termine dell'anno scolastico si potrebbe organizzare una gara di lettura. L'insegnante sceglierà una rosa di 5-6 libri, e dividerà la classe in gruppi da 4-5 bambini. Ogni gruppo sceglierà un libro e sarà "interrogato" sul contenuto: i personaggi, le vicende... il gruppo vincente riceverà una coccarda come "miglior lettore" e gli altri un attestato di appartenenza al club dei lettori.



### Obiettivi formativi

MIGLIORARE LA CAPACITÀ ESPRESSIVA A LIVELLO VERBALE ED EMOZIONALE

COMPNDERE IL VALORE DELLA LETTURA

### Obiettivi didattici

CONOSCERE L'IMPORTANZA DELLA BIBLIOTECA

COMPNDERE L'IMPORTANZA DELLA NASCITA DEL LIBRO E DELLA SUA EVOLUZIONE

### Life skills

CAPACITÀ DI RELAZIONI INTERPERSONALI  
AUTOCONSAPEVOLEZZA

### Ambiti disciplinari

ITALIANO

STORIA



## LA MUSICA (PP. 42-43)

La musica ci accompagna fin da bambini: basti pensare alle ninne nanne che si cantano ai neonati per farli addormentare, alle canzoncine che si imparano a scuola, ai primi cori che si fanno in famiglia in occasione delle feste di compleanno... Insomma, la musica è presente in tutte le fasi della nostra vita. Abituare il bambino al senso del ritmo, della musicalità, dell'armonia, contribuisce al suo sviluppo e alla sua crescita.

La musica è qualcosa che crea emozioni e ci emoziona. È anche un mezzo per socializzare, entrare in rapporto con gli altri, vincere alcune paure; ci insegna ad ascoltare e ascoltarci. Far parte di un coro è importante per creare un gruppo: bisogna imparare a cantare insieme e nessuna voce deve sovrastare l'altra, pur considerando le diverse potenzialità. Lo stesso vale se si impara a suonare uno strumento. Fare musica insieme insegna a entrare in armonia con il gruppo, a collaborare: tutti si devono attenere alla stessa partitura pur con funzioni diverse, solo così si crea un "concerto" armonico e non il caos.

L'ascolto, a seconda del tipo di musica, è la cosa più difficile da imparare: pensiamo alla musica classica, forse la più distante dalla vita del bambino, che richiede un impegno maggiore. È importante insegnare ai bambini ad ascoltare la musica anche con il cuore, facendo emergere le proprie emozioni. La musica nasce per intrattenere, per sottolineare momenti belli o tristi, per divertire, per ricordare. La musica, insomma, è al centro della nostra vita!

### Guida all'immagine e percorsi didattici

Ettore afferma di amare la musica perché gli piace ascoltarla, ma anche perché sta imparando a suonare il sassofono. Ci sono vari personaggi e ognuno di loro suona uno strumento. Il bambino è invitato a riflettere sulla musica: ti piace? Dove l'ascolti di solito? Suoni qualche strumento? Gli si chiede anche se ha mai visto una chiave di violino. Quindi è invitato a entrare un po' più in profondità: gli si chiede quali emozioni prova quando ascolta la musica e se ha voglia di cantare, ballare... Deve esprimere tutto ciò nel modo che preferisce, col disegno o con qualche riflessione.



Un'altra proposta didattica potrebbe essere quella di utilizzare la fiaba *Pierino e il lupo* di Sergej Prokofiev. Con questa attività si potranno abituare i bambini all'ascolto nel riconoscere i timbri dei vari strumenti e capire come questi possano essere utilizzati per esprimere il carattere, i sentimenti e le azioni di ogni personaggio. Si potrebbe far scrivere sul quaderno da una parte i personaggi (Pierino, il nonno, l'uccellino, il gatto, l'anatra, i cacciatori, il lupo) e dall'altra gli strumenti (flauto traverso, clarinetto, timpani, archi – violino, viola, violoncello, contrabbasso – fagotto, oboe, corni) e collegarli con una linea. In questo modo l'insegnante potrà constatare quale capacità di ascolto ha il bambino.

### Obiettivi formativi

IL VALORE DI LINGUAGGI DIVERSI

### Obiettivi didattici

CONOSCERE ALTRI LINGUAGGI ESPRESSIVI

RISPETTARE LA PUNTEGGIATURA

CONOSCERE LA STORIA DELLA MUSICA

E DEGLI STRUMENTI

ASCOLTARE LE PROPRIE EMOZIONI

### Life skills

COMUNICAZIONE DI UN'EFFICACE GESTIONE DELLE EMOZIONI

### Ambiti disciplinari

ITALIANO

EDUCAZIONE MUSICALE



## IL CINEMA E IL TEATRO (PP. 44-45)

Cinema e teatro sono, per lo più, attività extrascolastiche. In realtà costituiscono delle discipline che vengono praticate sotto forma di laboratori nell'ambito delle proposte inserite nel PoF oppure semplicemente vissute, come film o spettacoli teatrali a cui portare i bambini.

Il cinema è vissuto dal bambino con grande entusiasmo. Tutti siamo abituati a vedere film in televisione, ma al cinema acquistano un'altra dimensione. La psicologa Cristiana Ranieri in proposito afferma: «A differenza della video cassetta o del dvd che fornisce un soddisfacimento "tutto e subito", andare al cinema, per un bambino, presuppone un preciso percorso mentale: prima il piccolo vede la pubblicità del film, o sente un amico che gliene parla, poi comincia a desiderare di andare al cinema, infine esprime il suo desiderio a un adulto (il papà, la mamma, un parente) e insieme programmeranno di andarci; inizierà così una condivisione del desiderio».<sup>12</sup>

Chiaramente anche nella scelta della visione è importante considerare l'età dei bambini, infatti «I bambini di età compresa tra i 6 e i 10 anni possono seguire trame più complesse e sono in grado di tollerare emozioni più forti, anzi cominciano a provare piacere nello stare "con il fiato sospeso". Questo però non deve ingannare i genitori tanto da permettere di assistere a film che fanno paura pensando che possano tollerarli».<sup>13</sup>

Certamente queste indicazioni non possono valere per tutti, dipende dalla maturità di ciascun bambino. È innegabile, tuttavia, il grande valore che può avere per un bambino la visione di un

film, che come ogni attività, dovrebbe essere vissuta tenendo conto della sua sensibilità e fragilità. La visione dovrebbe essere sempre seguita da un momento di condivisione che sarà utile per comunicare le emozioni, le paure provate, ma anche per comprendere meglio alcuni significati, senza mai forzare, ma solo guidare il bambino a una comprensione maggiore.

Altro aspetto preso in considerazione è il teatro. La sua importanza è riconosciuta dallo stesso MIUR che ha stipulato vari protocolli sull'attivazione di laboratori teatrali, che ritiene importanti «sia come esperienze formative e creative, sia come strumenti di educazione alla visione dello spettacolo dal vivo».<sup>14</sup>

Il laboratorio teatrale permette ai bambini di imparare a comunicare, superando problematiche presenti durante la crescita: timidezza, difficoltà a esprimersi, a rapportarsi con gli altri. Il fatto di doversi immedesimare in un altro personaggio facilita tutto ciò. Fare teatro è coinvolgente, mette in gioco tutte le proprie capacità e incapacità; permette di avvicinarsi a storie e personaggi diversi da noi, insegna a esternare le proprie emozioni, a lavorare in gruppo.

Partecipare a una rappresentazione come spettatore, per l'atmosfera creata in teatro, per le scenografie, per la storia, per i costumi, avvicina a mondi forse anche lontani, ma non per questo meno emozionanti.

### Guida all'immagine e percorsi didattici

Nella scheda sono raffigurate l'entrata di un cinema e la sala di un teatro durante una rappresentazione.

Nella parte destra il bambino è invitato a raffigurare la locandina di un film e di uno spettacolo teatrale che ha visto o gli piacerebbe vedere; accanto, dovrà spiegarne il motivo.

Altra attività didattica potrebbe essere la visione di un film adatto ai bambini, ad esempio *La gabbianella e il gatto che le insegnò a volare*, tratto dall'omonimo libro di Luis Sepulveda. L'insegnante porterà i bambini a vedere il film senza dire di quale si tratta, per creare una certa curiosità, e li inviterà a seguire la storia con attenzione. Al termine del film saranno invitati a esprimere le loro impressioni: cosa è piaciuto di più, quale personaggio è più antipatico, cattivo ecc.

Poi si potrebbe cercare di ricostruire le varie sequenze, individuandone le principali: inizio, centro della storia, svolta, fine ecc. La classe potrebbe essere divisa in gruppetti di 3 o 4 bambini e ognuno di loro si cimenterà nella rappresentazione di una sequenza. Al termine, le sequenze disegnate si attaccheranno su un cartellone.

Un'altra proposta didattica potrebbe essere quella di portare la classe a teatro. Invece di farli assistere in modo passivo, si potrebbe organizzare un incontro con gli attori, per prendere dimestichezza con ambienti e figure specifiche (palcoscenico, suggeritore ecc.). Si potrebbe prevedere che la classe vada a vedere le prove dello spettacolo per rendersi conto di cosa succede dietro le quinte. Il giorno dopo i bambini assisteranno alla rappresentazione e, tornati in classe, saranno invitati a esprimere le loro emozioni e impressioni, con disegni o pensieri scritti.

**Obiettivi formativi**

RICONOSCERE IL SIGNIFICATO DELLE EMOZIONI E DELLE ATTIVITÀ ALTERNATIVE

**Obiettivi didattici**

CONOSCERE UN ALTRO LINGUAGGIO ESPRESSIVO  
DECODIFICARE IL SIGNIFICATO DELLO SPAZIO  
TEATRALE E DEL CINEMA

**Life skills**

COMUNICAZIONE EFFICACE  
GESTIONE DELLE EMOZIONI

**Ambiti disciplinari**

ITALIANO  
EDUCAZIONE MUSICALE  
ARTE E IMMAGINE



**CONCORSO “... E VAI CON LA FRUTTA”**



**PROGETTO EDUCATIVO SUGLI STILI DI VITA**

Questo kit didattico è abbinato al concorso “... e vai con la frutta”, sul quale potrete ricevere informazioni visitando il sito [www.creps-siena.eu](http://www.creps-siena.eu).

Per partecipare al concorso i bambini sono invitati a immaginare di poter trasformare il luogo in cui vivono in un mondo più salutare, dove si possa giocare all’aperto, ricco di animali, piante, frutta dolce e gustosa. Dovranno poi descriverlo attraverso un disegno o un racconto, utilizzando l’apposito spazio a pagina 46 del quadernone.

L’insegnante raccoglierà tutti gli elaborati dei bambini della classe e li invierà in busta chiusa all’indirizzo indicato sul sito [www.creps-siena.eu](http://www.creps-siena.eu).

Buon divertimento e buon lavoro!



**NOTE**

- <sup>1</sup> Il programma “Guadagnare Salute: rendere facili le scelte salutari” è promosso dal Ministero della Salute e approvato con DPCM del 4 maggio 2007.
- <sup>2</sup> Marchesini R., *Lineamenti di zooantropologia*, Calderini Ed. Agricole, Bologna 2000.
- <sup>3</sup> Rogers P.R., *Client-centered Therapy*, Houghton Mifflin, Boston 1951; trad. it. *Terapia centrata sul cliente*, La Nuova Italia, Firenze 1997.
- <sup>4</sup> Cfr. Bruner J., *La cultura dell’educazione. Nuovi orizzonti per la scuola*, Feltrinelli, Milano 2001.
- <sup>5</sup> Cfr. Documento d’indirizzo per la sperimentazione dell’insegnamento di “Cittadinanza e Costituzione”, 4 marzo 2009.
- <sup>6</sup> Petit D., Montplaisir J., *Parasomnies de la petite enfance*, Publication sur Internet le 11 mars 2010.
- <sup>7</sup> L’indagine condotta dal Ministero della Salute e coordinata dall’Istituto Superiore di Sanità, nell’ambito del progetto “Sistema di indagine sui rischi comportamentali in età 6-17 anni”, ha coinvolto circa 42mila bambini della terza classe della scuola primaria, appartenenti a tutte le regioni, e ha fornito indicazioni sulle loro abitudini alimentari e sull’attività fisica.
- <sup>8</sup> Le quattro aree tematiche sono: “Una corretta alimentazione per Guadagnare Salute”; “Un’adeguata attività fisica per Guadagnare Salute”; “Niente fumo per Guadagnare Salute”; “Poco alcol per Guadagnare Salute”.
- <sup>9</sup> Martin B.W., Marti B., *Ther. Umschau*, 1998.
- <sup>10</sup> Ufficio statistico del MIUR, *Gli alunni stranieri nel sistema scolastico italiano a.s. 2008/09*, dicembre 2009.
- <sup>11</sup> *Convenzione sui Diritti dell’Infanzia e l’Adolescenza*, approvata dall’Assemblea delle Nazioni Unite (ONU) a New York il 20 Novembre del 1989. L’Italia ha ratificato e reso esecutiva la Convenzione il 27 Maggio 1991 attraverso l’approvazione della Legge n. 176.
- <sup>12</sup> Ranieri C., *I bambini e il cinema*, 2006, in [www.ospedalebambinogesu.it/portale2008/Default.aspx?ItemId=3224](http://www.ospedalebambinogesu.it/portale2008/Default.aspx?ItemId=3224).
- <sup>13</sup> *Ibidem*.
- <sup>14</sup> Cfr. Circolare Ministeriale della presentazione della Giornata Mondiale del teatro del 1 marzo 2010.

# RIFERIMENTI NAZIONALI E REGIONALI DEL PROGETTO “... E VAI CON LA FRUTTA”

## MINISTERO DELLA SALUTE

[www.salute.gov.it](http://www.salute.gov.it)

Daniela Galeone, [d.galeone@sanita.it](mailto:d.galeone@sanita.it)

Maria Teresa Menzano, [m.menzano@sanita.it](mailto:m.menzano@sanita.it)

Maria Teresa Scotti, [m.scotti@sanita.it](mailto:m.scotti@sanita.it)

## REGIONE TOSCANA

[www.regione.toscana.it](http://www.regione.toscana.it)

Emanuela Balocchini, [emanuela.balocchini@regione.toscana.it](mailto:emanuela.balocchini@regione.toscana.it)

Annamaria Giannoni, [annamaria.giannoni@regione.toscana.it](mailto:annamaria.giannoni@regione.toscana.it)

Francesca Balestri, [f.balestri@istruzione.it](mailto:f.balestri@istruzione.it)

## UNIVERSITÀ DI SIENA:

Mariano Giacchi (CREPS) [giacchi@unisi.it](mailto:giacchi@unisi.it), Francesca Labriola Pitch, [francesca.pitch@libero.it](mailto:francesca.pitch@libero.it),

Margherita Primi, [margheritaprimi@gmail.com](mailto:margheritaprimi@gmail.com), Valentina Pilato, Daniela D'Angelo, Andrea Pammolli

## REGIONE PUGLIA

[www.regione.puglia.it](http://www.regione.puglia.it)

Elisabetta Viesti, [e.viesti@regione.puglia.it](mailto:e.viesti@regione.puglia.it)

Giovanna Rosa, [g.rosa@regione.puglia.it](mailto:g.rosa@regione.puglia.it)

## REGIONE CAMPANIA

[www.regione.campania.it](http://www.regione.campania.it)

Elvira Lorenzo, [e.lorenzo@maildip.regione.campania.it](mailto:e.lorenzo@maildip.regione.campania.it)

Cecilia Mutone, [c.mutone@maildip.regione.campania.it](mailto:c.mutone@maildip.regione.campania.it)

Bruno Galzerano, [b.galzerano@istruzione.it](mailto:b.galzerano@istruzione.it)

## REGIONE MARCHE

[www.veterinariaalimenti.marche.it](http://www.veterinariaalimenti.marche.it)

Giordano Giostra, [giordano.giostra@sanita.marche.it](mailto:giordano.giostra@sanita.marche.it)

Rosanna Catozzo, [r.catozzo@istruzione.it](mailto:r.catozzo@istruzione.it)

## REGIONE SICILIA

[www.regione.sicilia.it/sanita](http://www.regione.sicilia.it/sanita)

Gabriella Dardanoni, [gabriella.dardanoni@regione.sicilia.it](mailto:gabriella.dardanoni@regione.sicilia.it)

Simonetta Rizzo, Maria Paola Ferro, [mariapaola.ferro@regione.sicilia.it](mailto:mariapaola.ferro@regione.sicilia.it)

Maurizio Gentile, [magentile.usr@tiscali.it](mailto:magentile.usr@tiscali.it)



Vi invitiamo a visitare il sito [www.creps-siena.eu](http://www.creps-siena.eu) dove sono indicati i referenti territoriali del progetto.