

UDA: ALIMENTAZIONE

“ Cosa metti nel carrello della spesa? Un uovo senza sorprese”

Classe III –IV – V Primaria

<p>ALIMENTAZIONE</p> <p>=</p> <p>assunzione di sostanze nutritive <i>variabile nel tempo e nello spazio</i></p> <p><i>tra cui</i></p> <p>UOVA</p> <p><i>con</i></p> <p>EFFETTI</p> <p>su</p> <p>SALUTE e AMBIENTE</p>

Obiettivo Formativo: formare consumatori critici e consapevoli dell'importanza di un'alimentazione equilibrata il cui grado di salubrità dipende anche dalla tutela dell'ambiente.

Fase 0 Obiettivo: **rilevare le conoscenze spontanee degli allievi sull'alimentazione**

Cosa fa l'insegnante	Cosa fa l'alunno
Per introdurre l'argomento chiede agli allievi di mettersi in circle time, spiega la modalità e la funzione di svolgimento della Conversazione Clinica. <i>Che cosa ti fa venire in mente la parola "alimentazione"?</i> <i>Cosa mangi?</i> <i>Perché mangi?</i> <i>Cosa ti fa venire in mente un uovo?</i> <i>Quando lo mangi?</i> <i>In quale stagione?</i> <i>Cosa mangia e come vive la gallina ruspante?</i> <i>Cosa mangia e come vive la gallina in un allevamento intensivo di polli?</i>	Si dispone in circle time e ascolta Risponde uno alla volta alle domande stimolo,

Organizzazione/Metodo. conversazione clinica

Raggruppamento alunni: lavoro con gruppo classe

Mezzi e strumenti: circle time, risorse umane

Fase 1 Obiettivo: **motivare l'interesse verso un cibo semplice come l'uovo.**

Cosa fa l'insegnante	Cosa fa l'alunno
Porta in classe un uovo e invita a manipolarlo. Recita Pietro Beltrami la Poesia dell'uovo e della gallina Invita a commentare la poesia con una serie di domande stimolo: <i>che sensazioni ti suscita questa poesia?</i>	Osserva e manipola il pomodoro. Ascolta Risponde, ascolta e arricchisce le sue idee con quelle dei compagni.

<p><i>come è visto dal poeta un uovo? l'uovo – mondo che importanza attribuisce all'uovo? chi ci dona il mondo -uovo? di chi si serve? come era questa gallina all'origine dei tempi? come viveva?</i></p> <p>Divide la classe in coppie ed invita ad elaborare un commento scritto della poesia.</p> <p>Leggi i lavori degli allievi e con la classe negozia un commento condiviso da tutti.</p>	<p>Forma la coppia ed elabora un testo di commento alla poesia.</p> <p>Espone il proprio lavoro; ascolta quello degli altri e socializza un commento condiviso (All. B)</p>
---	--

Organizzazione/Metodo: manipolazione di oggetto; attività iconica; narrazione fantastica; attività di memorizzazione e canto.

Raggruppamento alunni: lavoro con gruppo classe/sezione; per coppie

Mezzi e strumenti: pomodoro; foglio di disegno; cartellone; testo di canzone

AII. A

Poesia dell'uovo e della gallina

**Dicono come verità assodata
Che il mondo è l'uovo d'una grande gallina
E finirà quando un dio una mattina
Ci farà a colazione la frittata**

**Questo dio stesso poi farà co co
Alla gallina perché faccia l'uovo
E un altro mondo sorgerà di nuovo
Dove quello di prima tramontò**

**Da un'era all'altra andando avanti in attesa
Che tutto ritorni al punto di partenza
Sopportano dai loro dèi ogni offesa
Soccombono alla loro indifferenza**

**Non capiscono come tanta passione
Non desti in loro un poco d'attenzione
(Pietro G. Beltrami 2009)**

AII. B

Il poeta Pietro G. Beltrami nella poesia dell'uovo e della gallina costruisce un'analogia tra l'uovo e il mondo ed afferma che il mondo è l'uovo di una grande gallina che è stata stimolata da un Dio creatore. Questa gallina di cui parla il poeta ci fa pensare all'origine della creazione, a una natura ancora incontaminata, bella, verde dove gli animali, tra cui la gallina, poteva muoversi liberamente. Così il poeta ci fa immaginare un uovo di una gallina ruspante che cammina in una natura non inquinata e che cresce in modo del tutto naturale.

Fase 2 Obiettivo: **conoscere l'approccio nutrizionale dell'uovo**

Cosa fa l'insegnante	Cosa fa l'alunno
<p>Mette in rilievo benefici effetti dell'uovo trasformando i dati in un fumetto per renderli comprensibili ai bambini. (All. A)</p>	<p>Ascolta, vede il fumetto</p>
<p>Invita a pensare in quanti modi si mangia l'uovo ponendo domande del tipo: <i>a casa tua si mangia l'uovo?</i> <i>Crudo? Come?</i> <i>Cotto? Come?</i></p>	<p>Risponde, ascolta e amplia le sue conoscenze sulla modalità di mangiar il pomodoro.</p>
<p>Invita a disegnare i vari piatti con uova pronti per mangiare per attaccarli in un cartellone di classe.</p>	<p>Disegna i vari piatti al pomodoro e li attacca sul cartellone di classe.(All. B)</p>

Organizzazione/Metodo. ascolto di lettura guidata di fumetti; conversazione orientata; attività iconica.

Raggruppamento alunni: lavoro con gruppo classe; individuale.

Mezzi e strumenti: slide; fumetto; foglio da disegno; colori

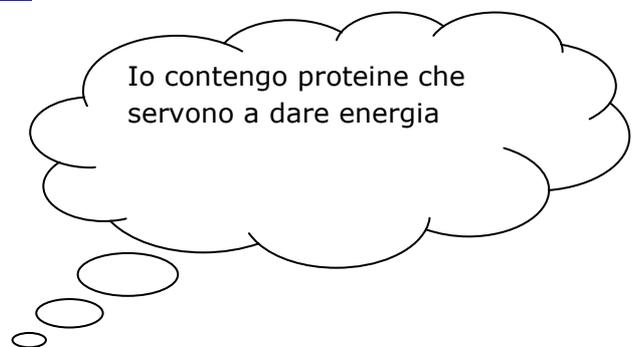
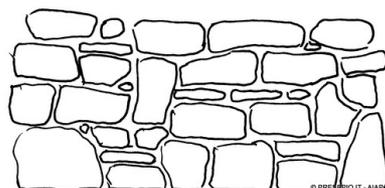
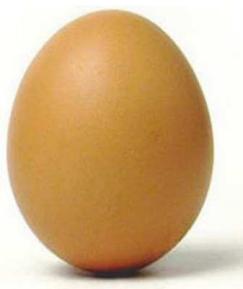
ALL. A

L'uovo è fonte di ottime proteine. Un uovo medio fornisce 6,5 grammi circa di proteine, proteine di elevato valore biologico, a fronte di un fabbisogno quotidiano globale medio intorno ai 60-70 grammi, di cui la metà è bene che siano di origine animale. In più, le proteine dell'uovo sono di qualità tale da venire considerate le migliori in assoluto, superiori anche a quelle del latte materno. L'albumina è composto in massima parte da acqua (poco meno del 90%), e proteine (ovoalbumina, ovotransferrina, ovomucoide ecc).

L'albumina contiene anche notevoli quantità di calcio, cloro, iodio e ferro, oltre ad altri minerali presenti in misura minore (magnesio, manganese, fosforo, potassio, sodio) e numerose vitamine: A, D, E, B12 ecc.

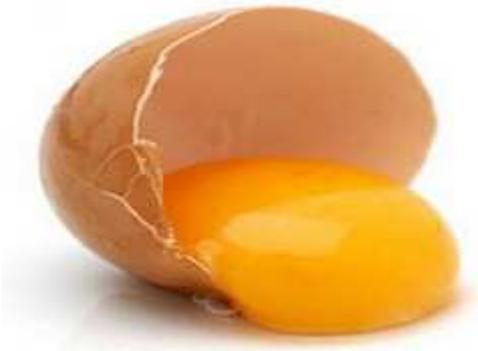
I tuorli delle uova sono ricchi anche di lecitina, una sostanza biologicamente preziosa di cui ogni cellula del corpo ha bisogno. Più importante è un organo, più lecitina contiene. Il midollo osseo, il cervello, il fegato e il cuore sono particolarmente ricchi di lecitina. Anche se la lecitina è un grasso, non viene usata come fonte di energia, ma è responsabile di compiti vitali nelle membrane cellulari, soprattutto nel tessuto nervoso.

Tratto da: <http://www.alimentipedia.it/uova-di-gallina.html>





lo contengo quantità di calcio,
cloro, iodio e ferro e numerose
vitamine A, D, E, B12



lo sono ricco di lecitina e servo alla
regolarizzazione del ricambio.

All. B



Fase 3 Obiettivo: **conoscere le varie modalità di produzione dell'uovo**

Cosa fa l'insegnante	Cosa fa l'alunno
<p>Porta in un orto locale i bambini e chiede al contadino di spiegare come producono le uova le galline ruspanti che vivono nell'aia .(All. A)</p> <p>Al ritorno in aula invita a disegnare o a ricercare [a seconda dell'età anche con l'aiuto dell'insegnante] disegni sulla vita delle galline ruspanti</p> <p>Fa vedere in youtube "Fabbrica di uova negli allevamenti intensivi" https://www.youtube.com/watch?v=1STdr4Y3l8 o "Allevamento intensivo polli" https://www.youtube.com/watch?v=cZVWtaq7t9g e pone domande del tipo: <i>le galline che avete visto in campagna e queste che avete visto nel filmato vivono allo stesso modo?</i> <i>Le uova prodotte negli allevamenti intensivi da chi sono prodotti? Dove possono arrivare?</i></p> <p>Integra la discussione presentando uova confezionati e distribuiti dalla Fileni, una grossa impresa locale che lavora a livello nazionale ed esporta all'estero ed elenca una serie di grandi produttori quali AIA e Amadori (All. C)</p>	<p>Osserva, ascolta e pone domande .</p> <p>Disegna o ricerca immagini sulla modalità di vita della gallina ruspante e attacca le immagine condivise con la classe in un cartellone (All. B)</p> <p>Vede le sequenze di youtube , risponde alle domande e capisce che:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ci sono diverse modalità di produzione di uova; • c'è quella tradizionale e quella dell'allevamento intensivo • gli allevamenti intensivi possono essere di soggetti molto ricchi. <p>Ascolta, osserva e prende atto che esistono delle grandi industrie chiamate che allevano in modo intensivo polli e la cui produzione va anche all'estero.</p>

Organizzazione/Metodo: visita guidata e ascolto di testimone privilegiato; attività iconica; osservazione guidata di youtube; conversazione orientata.

Raggruppamento alunni: con gruppo classe, individuale.

Mezzi e strumenti: orto; esperto; internet;.

All. A

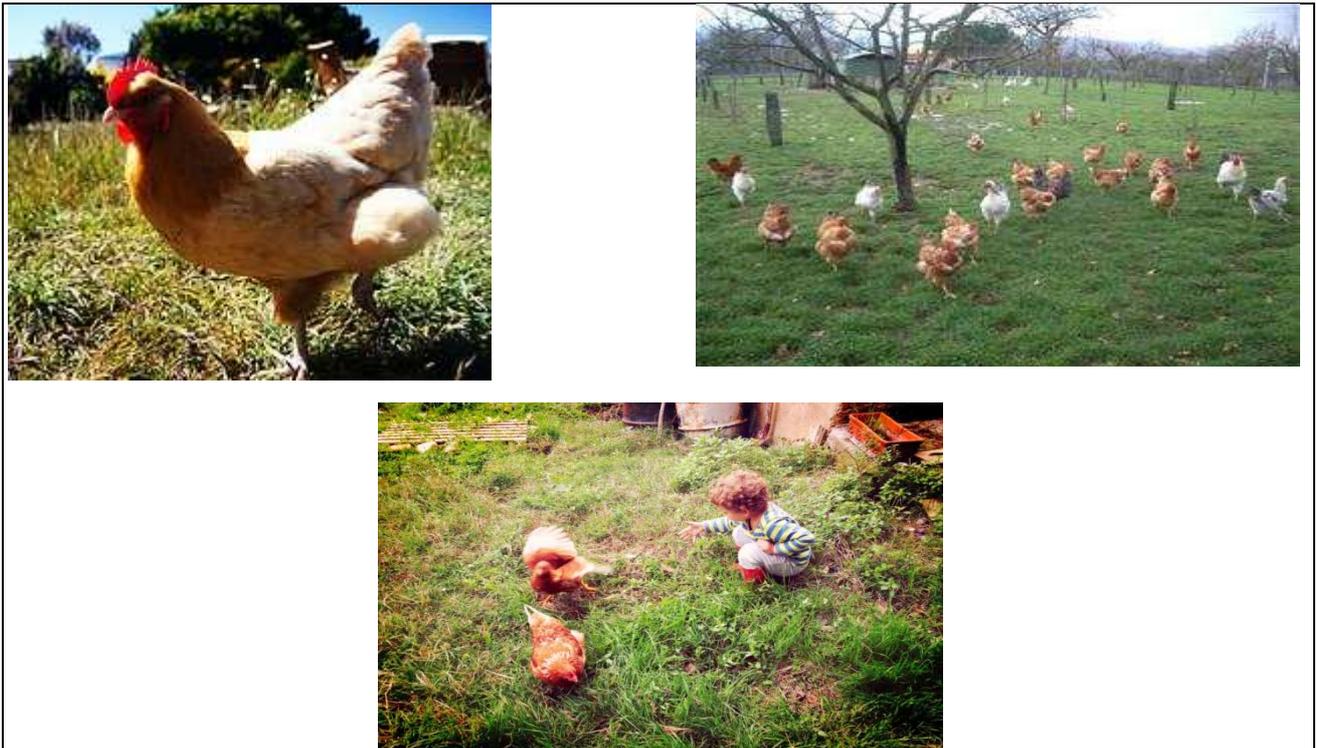
Racconto del contadino

Anche per chi non ha galline l'argomento è molto interessante, perché attraverso il comportamento delle galline, ai metodi di allevamento, con la scelta delle galline, si capiscono molte cose; di come funziona l'economia, su cosa e come mangiamo. Il sapere ci permette di uscire dalla gabbia inconsapevole di "consumatori". Sapere di galline è parte della nostra storia, e la storia non parla solo di date musei, ma anche di quello che siamo capaci a fare, per continuare bene e riappropriarci di reddito e autonomia... e della nostra terra! Io sono un contadino tradizionale che alleva galline ruspanti. Le mie galline corrono tutto il giorno e si nutrono di cose naturali I polli ruspanti tendono a ricavare buona parte della loro alimentazione quotidiana dal terreno, beccando vermi, chicchi, semi ed erbe di campo. La loro dieta va, quindi, integrata esclusivamente con granaglie nobili come il grano, il mais, l'orzo e la soia. L'alimentazione dei polli ruspanti può essere arricchita – come si faceva un tempo – con avanzi dell'orto e scarti di cucina. I gallinacci sono essenzialmente onnivori quindi tendono a mangiare di tutto con voracità. La composizione della dieta, inoltre, può variare anche in base al tipo di carne che si vuole ottenere. Se si

desiderano carni gialle e saporite, allora la dieta deve essere composta essenzialmente da mais spezzato, mentre se si vogliono carni bianche e delicate, bisogna somministrare razioni più abbondanti di orzo. Un'alimentazione corretta, unita alla continua attività fisica all'aria aperta renderanno le carni di questi polli magre, sode e saporite e le loro uova nutrienti.

Scopri altre notizie su : Allevamento polli ruspanti - Uccelli - Galline
<http://www.cibocanigatti.it/uccelli/galline/allevamento-polli-ruspanti.asp#ixzz3IVMKKdHE>

All. B



All. C



Fase 4 Obiettivo: **conoscere gli effetti delle diverse modalità di produzione dell'uovo sulla propria salute e sull'ambiente**

Cosa fa l'insegnante	Cosa fa l'alunno
<p>Mostra un'immagine di un uovo in cui si vede il suo diverso valore nutritivo legato ai diversi tipi di produzione e pone queste domande ; <i>quando un uovo viene prodotto da un contadino che ha galline ruspanti che valore nutritivo ha?</i></p>	<p>Osserva e risponde chiedendo chiarimenti.</p>

<p><i>E l'uovo prodotto da pulcini di allevamento Intensivo?</i> <i>Da dove può venire un uovo prodotto da allevamenti intensivi? (All. A)</i></p> <p>Spiega che il processo di allevamento intensivo danneggia l'ambiente per un inevitabile processo di inquinamento e fa capire come la produzione naturale è quantitativamente minore ma meno dannosa (All. B)</p>	<p>Prende atto che le uova prodotte da allevamenti intensivi possono provocare danni alla natura e alla salute.</p>
---	---

Organizzazione/Metodo: osservazione di immagine; conversazione orientata; lezione; lettura di immagini di slide; lezione

Raggruppamento alunni: lavoro con gruppo classe: individuale.

Mezzi e strumenti: immagini; testo.

All. A

Valore nutritivo dell'uovo = zero è il valore più alto ovvero l'uovo migliore



All. B

In Italia gli animali da allevamento producono annualmente circa 19 milioni di tonnellate di deiezioni, feci a scarso contenuto organico, che non possono essere usate come fertilizzante. Attualmente, lo smaltimento di questi liquami avviene per spandimento sul terreno, il che provoca un grave problema di inquinamento da sostanze azotate, che causa inquinamento nelle falde acquifere, nei corsi d'acqua di superficie, nonché eutrofizzazione nei mari. Anche i farmaci somministrati agli animali possono passare nell'ambiente con i reflui e residuare nei suoli, nei vegetali, nelle acque e quindi negli alimenti di cui si ciba l'uomo, come le verdure o il pesce.

http://www.scienzavegetariana.it/ambiente/imp_amb_vegag2004.html

Legenda: La produzione naturale di uova porta una minor quantità ma il consumo delle risorse naturali è molto limitato; al contrario la produzione industriale consuma molte più risorse naturali.

Fase 5 Obiettivo: **ripercorrere l'itinerario didattico**

Cosa fa l'insegnante	Cosa fa l'alunno
<p>Ripercorre l'itinerario didattico, soffermandosi sui concetti-chiave di: <i>valore nutritivo dell'uovo</i> <i>modalità di produzione tradizionale e industriale</i> <i>impatto della produzione industriale sulla salute e sull'ambiente.</i></p> <p>Invita ad auto valutare il grado di conoscenza raggiunto, con alcune domande stimolo del tipo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Il lavoro ti è sembrato interessante? Perché sì / perché no • Quale fase ti è sembrata più interessante o meno interessante e perché? • Che cosa avresti voluto fare di diverso rispetto alla proposta scolastica? • Quale messaggio hai trattenuto? 	<p>Acquista la consapevolezza dell'incremento cognitivo acquisto durante l'itinerario didattico</p> <p>Espone le sue impressioni personali.</p>

Organizzazione/Metodo: meta cognizione sul percorso; autovalutazione del proprio incremento cognitivo; attività di sintesi; conversazione orientata.

Raggruppamento alunni: lavoro con gruppo classe; lavoro individuale.

Mezzi e strumenti: quaderno; tabelloni di classe

Fase 6 Obiettivo: **verificare la capacità di distinguere tra un uovo di campo a chilometri 0 e un pomodoro della filiera industriale.**

Cosa fa l'insegnante	Cosa fa l'alunno
<p>Accompagna gli alunni ad un supermercato e chiede loro di esaminare il reparto dove devono esaminare le uova distinguendo tra quelli a "kilometro 0" ovvero di campi locali da quelli della filiera industriale.</p>	<p>Va al supermercato e tramite meta cognizione e transfert deve saper distinguere la provenienza delle uova</p>

Organizzazione/Metodo. meta cognizione, transfert, problem solving

Raggruppamento alunni: lavoro con gruppo classe; individuale.

Mezzi e strumenti: vista al supermercato.