



ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE

Scuola Infanzia – Primaria – Secondaria di 1° grado

VALLE DEL FINO

Scuola Primaria Statale

Arsita

LABORATORIO DI SOSTENIBILITA'

L'ORTO

anno scolastico 2021/2022



UNITA' DI APPRENDIMENTO	
Denominazione	Laboratorio di sostenibilità: l'orto
Motivazione	La scuola, che tra i suoi compiti istituzionali ha quello della formazione del futuro cittadino, non può più eludere il problema di una rigorosa educazione all'uso corretto dell'ambiente e di una sana alimentazione. Con la scelta di consumare prodotti alimentari locali a km zero, si vuole valorizzare l'importanza dell'orto e recuperare il legame con le proprie origini, esaltando nel contempo gusti e sapori tipici, tradizioni gastronomiche e produzioni locali. La produzione di alimenti "a filiera corta" riguarda principalmente i prodotti dell'orto, legati all'idea di agricoltura biologica. Il progetto nasce con l'intento di favorire nei ragazzi una corretta e sana alimentazione con il consumo di prodotti a Km 0, stimolando e facendo acquisire nei ragazzi una maggiore consapevolezza sull'alimentazione, l'agricoltura e il territorio, per offrire nel contesto scolastico un'occasione di riflessione sull'educazione alimentare e lo sviluppo sostenibile (Agenda 2030)
Finalità	La strutturazione di un orto scolastico intende promuovere negli alunni: <ul style="list-style-type: none"> ● l'educazione ecologica per riconnetterli con le origini del cibo e della vita; ● i principi dell'educazione ambientale ed alimentare attraverso le attività di semina, cura e compostaggio; ● il benessere fisico e psicologico; ● la consapevolezza di ciò che mangiano, la cura del proprio territorio e il rispetto delle risorse del pianeta; ● il benessere e la socializzazione, fattori necessari nella formazione di comunità sostenibili; ● la valorizzazione della cultura contadina; ● Potenziare l'attenzione e la concentrazione; ● Accrescere le competenze linguistiche e comunicative; ● Ricercare le connessioni tra i vari saperi; ● Favorire l'autonomia di pensiero e la formazione del pensiero critico; ● Promuovere il successo scolastico con attenzione alle diversità.
Compito significativo e prodotti	<ul style="list-style-type: none"> ● Realizzazione di un video di presentazione dei lavori svolti durante la preparazione e la lavorazione dell'orto. ● Ideazione di semplici disegni con ortaggi mediante l'utilizzo di immagini stimolo. ● Realizzazione a Castelli di piatti in ceramica contenenti le immagini ideate dagli alunni.
Competenze chiave	Evidenze osservabili
La comunicazione nella madrelingua	L'alunno: <ul style="list-style-type: none"> ✓ interviene in una conversazione in modo ordinato e con messaggi semplici, chiari e pertinenti; ✓ ascolta e comprende il racconto delle tradizioni contadine; ✓ racconta il testo narrato secondo un ordine logico e cronologico; ✓ riconosce le principali caratteristiche linguistiche e comunicative del testo; ✓ amplia il patrimonio lessicale attraverso esperienze scolastiche e attività di interazione orale e di lettura; ✓ rappresenta conoscenze e concetti appresi mediante grafismi, disegni, testi scritti e risorse digitali.

Competenza matematica e competenza di base in scienze e tecnologie	<p>L'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ si orienta nello spazio fisico e nello spazio rappresentato; ✓ utilizza le tecniche e le procedure del calcolo aritmetico, anche in riferimento a contesti reali; ✓ utilizza consapevolmente rappresentazioni grafiche e strumenti di calcolo; ✓ individua situazioni problematiche in contesti reali e propone ipotesi di soluzione.
Imparare ad imparare	<p>L'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ acquisisce, interpreta e rielabora le informazioni apprese; ✓ individua collegamenti e relazioni; ✓ trasferisce in contesti nuovi le conoscenze e le abilità apprese.
Competenze sociali e civiche	<p>L'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ assume responsabilmente atteggiamenti e ruoli e sviluppa comportamenti di partecipazione attiva e comunitaria.
Spirito di iniziativa e di imprenditorialità	<p>L'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ assume e porta a termine compiti e iniziative.
Consapevolezza ed espressione culturali	<p>L'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ utilizza tecniche e codici del linguaggio iconico per creare e sperimentare immagini e forme.
Competenze digitali	<p>L'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ utilizza le più comuni tecnologie dell'informazione e della comunicazione, individuando soluzioni utili al contesto
Abilità	Conoscenze
<p>Educazione civica</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Collabora per il raggiungimento di obiettivi comuni ● Rispetta le regole concordate ● Opera in modo costruttivo e creativo con i compagni 	<ul style="list-style-type: none"> ● Regole fondamentali di convivenza ● Regole della vita e del lavoro di classe
<p>Italiano</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Partecipa alle conversazioni rispettando le regole stabilite e intervenendo in modo pertinente ● Comprende gli elementi essenziali di testi letti o narrati da altri ● Costruisce e racconta storie, rispettando l'ordine cronologico ed esplicitando le informazioni necessarie perché il racconto sia chiaro per chi ascolta ● Scrive autonomamente semplici e brevi testi ● Comprende ed utilizza parole nuove conosciute attraverso l'ascolto o la lettura di testi 	<ul style="list-style-type: none"> ● Regole della conversazione; ● Strategie di ascolto attivo e finalizzato ● Struttura del testo narrativo ● Inizio, svolgimento, conclusione ● Vocaboli nuovi; sinonimi e contrari
<p>Storia</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Riordina sequenze di azioni e/o fatti ● Comprende la tipologia e la funzione degli ambienti vissuti nel presente e al tempo dei nonni 	<ul style="list-style-type: none"> ● La successione lineare e i principali connettivi temporali ● Abitudini di vita quotidiana e alimentare di una civiltà contadina ● Le storie ed i modi di dire della cultura contadina

<p>Geografia</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Rappresenta e colloca oggetti nello spazio grafico ● Osserva e descrive le caratteristiche principali del paesaggio collinare 	<ul style="list-style-type: none"> ● Relazioni ed organizzatori spaziali ● Elementi fisici ed antropici, flora e fauna del paesaggio collinare
<p>Scienze</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Osserva, descrive e confronta le caratteristiche fisiche e vitali dei vegetali ed il loro ruolo nella nostra alimentazione 	<ul style="list-style-type: none"> ● Componenti, strutture e caratteristiche stagionali di ortaggi noti
<p>Tecnologia</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Utilizzo di semplici attrezzi per la coltivazione e manutenzione dell'orto ● 	<ul style="list-style-type: none"> ● Caratteristiche, funzioni e modalità d'uso di attrezzi agricoli manuali: vanga; zappa; foraterra...
<p>Arte e Immagine</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Rappresenta la realtà percepita e le proprie emozioni attraverso tecniche espressive 	<ul style="list-style-type: none"> ● Elementi di base della comunicazione iconica (colori, linee e forme)
<p>Matematica</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Individua l'esistenza di problemi e la possibilità di affrontarli e risolverli. ● Utilizza la manipolazione diretta sulla realtà come strumento di indagine 	<ul style="list-style-type: none"> ● Strumenti e tecniche di misura
<p>Utenti destinatari</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● n. 3 classi della secondaria plesso di Arsità ● n. 3 classi (3^a/4^a/5^a) della primaria plesso di Arsità.
<p>Discipline coinvolte</p>	<p>Italiano, matematica, scienze, tecnologia, arte e immagine, storia, geografia ed. civica</p>
<p>Tempi</p>	<p>Da febbraio a maggio</p>
<p>Metodologia</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Brainstorming - Didattica inclusiva. - Learning by doing. - Lezioni frontali, dialogate e interattive. - Circle time. - Cooperative learning. - Peer tutoring. - Problem solving. - Elaborazioni individuali - Elaborazioni collettive - Connessione e trasmissione intergenerazionale
<p>Risorse umane Interne ed esterne</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Docenti curricolari - Esperti esterni - Genitori e nonni degli alunni - Collaboratore scolastico

Strumenti, materiali e TIC	<ul style="list-style-type: none"> - LIM. - Videocamera. - Fotocamera. - PC. - Stampante. - Tablet. - Google maps. - Mediatori didattici (esperienza diretta, immagini e schemi, concetti, mappe concettuali) - Libri di testo. - Materiali di facile consumo e di riciclo - Racconti, narrativa e pratiche esperite direttamente con i familiari in tutte le fasi - Mediatori didattici (esperienza diretta)
Spazio	<ul style="list-style-type: none"> - Aula-classe; orto.
Verifica e valutazione	<ul style="list-style-type: none"> - Osservazioni sistematiche rispetto a prodotti e processi riguardanti: - lavori in gruppo; - lavori individuali; - partecipazione al confronto con gli altri; - capacità di portare a termine i compiti assegnati, rispettando i tempi stabiliti, e le modalità organizzative; - capacità di esprimere un parere sui punti di forza e di debolezza del progetto dando un'indicazione sugli aspetti da migliorare; - autovalutazione degli alunni (schede di autovalutazione individuale); - autovalutazione degli insegnanti.

CONSEGNA AGLI STUDENTI

Condivisione delle fasi progettuali dell'UdA con gli alunni destinatari del progetto didattico (prodotti, tempi, risorse, criteri di valutazione).

TITOLO UDA LABORATORIO DI SOSTENIBILITA' L'ORTO

COSA SI CHIEDE DI FARE

La nostra scuola ha scelto di realizzare un orto didattico con l'intento di favorire una corretta e sana alimentazione, promuovere la cura del proprio territorio e il rispetto delle risorse del pianeta

IN CHE MODO

Lavorerete a coppie, in gruppi, a classi aperte, nelle aule laboratoriali e nell'orto.

QUALI PRODOTTI

- Verrà realizzato un video di presentazione dei lavori svolti durante la preparazione e la lavorazione dell'orto
- Sarà prodotto l'almanacco dell'ortolano.
- Saranno ideati semplici disegni di ortaggi mediante l'utilizzo di immagini stimolo.
- Presso la scuola d'arte di Castelli, durante il laboratorio ceramica, saranno realizzati piatti dipinti con le immagini di ortaggi ideate da voi alunni.

CHE SENSO HA (A COSA SERVE, PER QUALI APPRENDIMENTI)

Attraverso la realizzazione dell'orto scolastico avrete la possibilità di potenziare la comprensione dei concetti di biodiversità, ecosistemi, ecologia, rispetto ambientale e avrete modo di approfondire la conoscenza della cultura contadina.

Le attività proposte vi permetteranno di ampliare le conoscenze e di sperimentare nuove modalità di lavoro. L'esperienza diretta nell'orto, oltre ad essere uno strumento didattico interdisciplinare, è un mezzo per costruire relazioni fra la scuola, gli alunni, le famiglie e la società civile.

TEMPI

Svolgerete le attività da febbraio a maggio. Le attività coinvolgeranno diverse discipline: Italiano, matematica, scienze, tecnologia, arte e immagine, educazione civica, storia e geografia secondo un'organizzazione oraria non rigidamente scandita.

RISORSE (STRUMENTI, CONSULENZE, OPPORTUNITA'...)

Avrete a disposizione, le aule di classe, la LIM, Internet, documenti selezionati dagli insegnanti, strumenti e materiali da voi individuati come necessari per la realizzazione dei compiti assegnati. Sarete accompagnati in questo percorso di apprendimento dagli insegnanti, dai genitori, dai nonni, da esperti esterni e dal collaboratore scolastico che vi aiuteranno ad acquisire, organizzare e sperimentare nuove conoscenze e collaboreranno anche alla coltivazione e alla cura dell'orto

CRITERI DI VALUTAZIONE

Osserveremo come lavori in gruppo e da solo, la tua partecipazione al confronto con gli altri, la tua capacità di portare a termine i compiti assegnati, rispettando i tempi stabiliti, e le tue modalità organizzative. Alla fine del lavoro sarai invitato ad esprimere un parere sui punti di forza e di debolezza del progetto e a dare un'indicazione sugli aspetti da migliorare

Fasi	Attività	Strumenti e strategie didattiche	Tempi di attuazione previsti	Ambienti di apprendimento
2	<p>- Ricerca su internet di immagini e video di vari modelli di orto Allegato 2a : foto di modelli di orto.</p> <p>- Pianificazione delle attività da svolgere per la realizzazione dell'orto: a) organizzazione dei gruppi di lavoro; b) perimetrazione dell'area; c) scelta del materiale e della modalità di recinzione del terreno; d) elenco degli attrezzi; e) previsione delle fasi e dei tempi; f) scelta delle piante da coltivare; g) progettazione del semenzaio con rispettiva scelta di semi da mettere a dimora</p> <p>-Lavori preparatori del terreno:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Vangatura del terreno ● Spietatura ● Concimazione ● Fresatura <p>Lavori preparatori del terreno Allegato 2b</p>	<p>Circle time; cooperative learning; peer tutoring; LIM;</p> <p>lezioni frontali, dialogate e interattive; elaborazioni individuali e collettive.</p> <p>Documentazione fotografica</p>	<p>7 marzo (CI 3[^]/4[^]/5[^]) 14:00-17:00</p>	<p>Aula</p> <p>Orto</p>
3	<p>Lavori nel semenzaio: semina di zucchine, cetrioli, pomodori, fagioli, peperoncini, aglio, lattuga, melone e zucca.</p> <p>PER IL SEMENZAIO</p> <ul style="list-style-type: none"> - bicchieri di plastica usati - batuffoli di ovatta - piattini - sottovasi - terriccio - semi (carota, erba cipollina, indivia scarola, fagiolo, zuccina, zucca, fava, ravanella, fragola) - etichette e pennarelli indelebili <p>Il semenzaio Allegato 3a</p> <p>Laboratorio logico-matematico nell'orto:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Perimetrazione e calcolo dell'area 	<p>Learning by doing. Cooperative learning. Problem solving.</p> <p>Strumenti di misurazione: fettuccia metrica di plastica; metro a stecca rigido e cordino.</p>	<p>14 marzo (CI 3[^]/4[^]/5[^]) 14:00-17:00</p>	<p>Aula/serra</p> <p>Aula/Serra</p> <p>Orto</p>

	<p>verticale.</p> <p>Orto verticale Allegato 5a</p>	<p>elaborazioni individuali e collettive;</p>		
6	<p>Laboratorio sulle talee Da Internet, ricerca di informazioni sulla produzione di talee:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 1 Cos'è una talea ● 2 I fattori che influenzano la riuscita della talea ● 3 I vantaggi della riproduzione per talea ● 4 Come fare una talea <ul style="list-style-type: none"> ○ 4.1 Riscaldamento basale ○ 4.2 Nebulizzazione ○ 4.3 Uso di ormoni ○ 4.4 Preparazione di una talea erbacea ○ 4.5 Consigli pratici nella riproduzione per talea ● 5 Elenco di piante riproducibili per tale ● Forbici in mano, esecuzione pratica di talee e loro sistemazione in vasetti di terra. Una volta cresciute le radici, le nuove piantine saranno trapiantate nell'orto della scuola. <p>Realizzazione di talee Allegato 6a</p>	<p>Circle time; cooperative learning; peer tutoring; LIM; lezioni frontali, dialogate e interattive; elaborazioni individuali e collettive</p>	<p>04 aprile 14:00-17:00</p>	<p>Aula</p>
7	<p>Lettura, comprensione e riosposizione orale del testo: "La colourband - Le magiche verdure" Allegato 7a</p> <p>Sondaggio: E tu, pensi di mangiar sano? Somministrazione, tabulazione ed interpretazione delle risposte. Sondaggio Allegato 7b</p> <p>Costruiamo la piramide alimentare - Brainstorming e organizzazione delle idee; - conversazione guidata per la realizzazione della piramide</p>	<p>Brainstorming; Circle time; cooperative learning; peer tutoring; LIM; lezioni frontali, dialogate e interattive; elaborazioni individuali e collettive.</p>	<p>11 aprile 14:00-17:00</p>	<p>Aula</p>

	<p>alimentare;</p> <ul style="list-style-type: none"> - attività di ricerca e ritaglio di immagini di alimenti su cataloghi pubblicitari, con compiti differenziati di selezione e raggruppamento di categorie alimentari; - incollaggio di immagini riferite ad alimenti posizionati in modo da realizzare la piramide alimentare che aiuta a comprendere i consumi per ogni alimento dalla base al vertice. <p>La piramide alimentare Allegato 7c</p> <ul style="list-style-type: none"> - Messa a dimora delle erbe aromatiche nella carriola e delle piantine del semenzaio. <p>La carriola Allegato 7d</p>			
8	<p>Attività laboratoriale nell'orto</p> <ul style="list-style-type: none"> -Nuova sarchiatura del terreno superficiale con eliminazione di tutte le giovani erbacce; - tramite trapiantatore, messa a dimora di nuove piantine: pomodori e zucchine; - installazione delle canne di sostegno per ciascuna piantina di pomodoro; - realizzazione della struttura a tenda d'indiano, con incrocio e legatura ogni quattro canne; - innaffiamento. <p>Attività laboratoriale nell'orto Allegato 8a- 8b</p>	<p>Learning by doing.</p> <p>Cooperative learning.</p> <p>Problem solving. Documentazione fotografica.</p>	<p>2 maggio 14:00-18:00</p>	Orto
9	<p>Ortaggi in pittura: arte ceramica di Castelli</p> <p>Attività laboratoriale Liceo Artistico Castelli Allegato 9a- 9b</p>	<p>Learning by doing.</p> <p>Cooperative learning.</p> <p>Problem solving. Documentazione fotografica</p>	<p>25 maggio 09:00-12:30</p>	Liceo Artistico FA Grue di Castelli: laboratorio ceramica con esperti
10	<ul style="list-style-type: none"> - Raccolta dei prodotti dell'orto; - realizzazione del pranzo finale aspettando... - ...altri Saperi e Sapori <p>Attività laboratoriale Raccolta degli ortaggi Allegati 10a- 10b-10c-10d</p>	<p>Learning by doing.</p> <p>Cooperative learning.</p> <p>Problem solving. Didattica inclusiva.</p>	Fine maggio	Orto

ALLEGATI

Allegato 1a

DOMANDE STIMOLO DEL BRAINSTORMING:

A cosa ti fa pensare la parola orto?

Quali sono le modalità di realizzazione dell'orto? Cosa è possibile seminare e piantare?

Quali ortaggi si coltivano da gennaio a maggio?



Allegato 1b

FOTO RIELABORAZIONE GRAFICA DELLA FILASTROCCA

"L'orto del piccolo lupo"



FOTO DISSODAMENTO DEL TERRENO

ALLEGATO 1c



ORTAGGI NELLE QUATTRO STAGIONI
ALLEGATO 1d

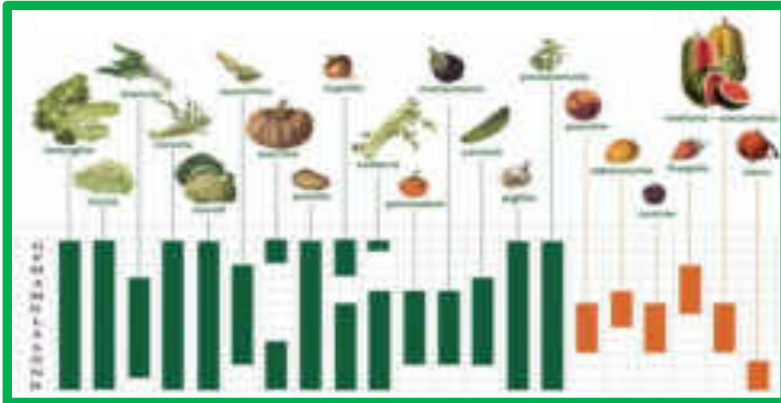


FOTO MODELLI DI ORTO
Allegato 2a



CONCIMAZIONE: TERRICCIO BIOLOGICO E CENERE
Allegato 2b



IL SEMENZAIO
Allegato 3a



PERIMETRAZIONE- RECINZIONE

Allegato 3b



MESSA A DIMORA DI PATATE E FAGIOLI

Allegato 3c



ESPERIMENTI SU CARATTERISTICHE E PERMEABILITA' DEL SUOLO

Allegato 4



GINO SPAVENTAPASSERI COL CAPPELLINO
Allegato 4b

L'ORTO VERTICALE
Allegato 5a



RIPRODUZIONE PER TALEE
Allegato 6a



“La colourband - Le magiche verdure”

Allegato 7a

C'era una volta un bambino a cui non piaceva mangiare nessun tipo di verdura e la mamma non riusciva a trovare una soluzione a questo problema. Aveva cercato più volte di convincere il figlio dicendogli che le verdure fanno bene e servono durante la crescita, ma il bambino non l'ascoltava e si rifiutava di mangiarle. Un giorno la mamma chiamò la nonna per chiederle di aiutarla. Alla nonna venne in mente una bella favola e la raccontò al nipotino.. “Molto molto lontano vicino a boschi magici e ruscelli d'acqua fresca, in un orto speciale, verdure di tutti i tipi abitavano felici. Quelle più giovani avevano creato una band, la Colourband, chiamata così dato che era composta da ortaggi di tutti i colori. C'era il pomodoro Tomato e sua sorella gemella Ciccina, il giallo peperone Ron, l'insalata Green, la carota Tina e la melanzana Violet.

Un giorno i ragazzi a scuola stavano facendo la loro materia preferita, ginnastica, quando la maestra disse: “Ragazzi, questa volta vorrei dare un voto a tutti sulla corsa. Dovrete correre per 15 minuti e fare almeno 10 giri di pista. Vi va bene?”

Le verdure della Colourband erano felicissime!! A tutte loro piaceva correre e infatti travano il loro tempo libero a rincorrersi per prati e boschi. Facevano anche piccole gare per vedere chi era il più veloce e nonostante ogni volta vincessero la carota Tina, tutti si divertivano tantissimo. Quindi le verdure non vedevano l'ora di far vedere alla maestra quanto fossero brave.

Solo Ron non era contento del compito della maestra. Infatti il giallo peperone non partecipava mai alle corse con gli amici perché a lui lo sport in generale non piaceva e non voleva fare fatica.

Era preoccupato: “Ragazzi, come faccio ora? Sapete che non riesco a correre per così tanto tempo.. Sono sicuro che se lo faccio mi sentirò male..”. “Non devi parlare così” gli disse Tina “se ti impegnerai e ti allenerai sono convinta che ce la potrai fare!!”

“Non mi piace correre!! Sudo, mi manca il fiato e mi vengono sempre dolori alle gambe.. non lo voglio fare!!” disse Ron, questa volta più convinto che mai. Lo devi fare invece perché altrimenti la maestra ti metterà un voto bruttissimo” gli disse Violet, che era quella che si preoccupava sempre del risultato finale.

Dato che la situazione stava peggiorando intervenne Tomato, il grosso e saggio pomodoro che aveva sempre una soluzione ad ogni problema.

“Ascoltate ragazzi potremmo noi aiutare Ron ad allenarsi per la corsa, soprattutto tu Tina, che sei la più brava del gruppo. Tu però Ron se noi ti aiutiamo ci devi promettere che ti impegnerai al massimo e che, anche se

non ti piace per niente correre, correrai lo stesso. Lo so che all'inizio farai fatica ma vedrai che alla fine sarai molto soddisfatto”.

Tutti erano d'accordo con Tomato e per incoraggiare ancora di più Ron, la sua rossa sorellina, Ciccina disse “Non lo devi fare solo per il voto, ma anche per te. Fare sport fa bene a te e al tuo corpo come una sana alimentazione!”

Ora Ron era molto determinato a vincere la sua pigrizia perciò incominciò il giorno stesso ad allenarsi con i suoi amici. All'inizio fu molto faticoso dato che per era la prima volta che Ron partecipava alle corse. Non fu per niente facile, ma il giallo peperone non si arrese. Certe volte pensava di mollare tutto e smettere di allenarsi, ma subito si diceva che non doveva arrendersi, perché alla fine i suoi sforzi sarebbero stati premiati. Ron riuscì a correre con i suoi compagni di classe e anche se non prese un voto altissimo era molto soddisfatto di sé e così anche la maestra, i genitori e gli amici.

Ora Ron ha capito che è importante fare attività fisica per il benessere di se stessi e del proprio corpo. Adesso comincia a piacergli un po' di più la corsa e certe volte fa gare con i suoi amici. Ha anche scoperto il nuoto, in cui è molto bravo ed è deciso a praticarlo regolarmente. Grazie all'aiuto della sua mamma che gli diceva sempre: “Non sempre le cose che ti fanno bene ti possono piacere!”, il verde peperone ha risolto il suo problema e ha capito che per il suo bene deve mangiare cibi più nutrienti e fare più attività fisica anche se all'inizio non gli piaceva.”

Terminata la favola, timidamente Ron incrociò lo sguardo della nonna. Gli bastò quell'occhiata per comprendere che la storia era stata creata appositamente per lui affinché capisse. La sua nonna con dolci parole lo avrebbe convinto a iniziare la sua “corsa” senza arrendersi: pian piano avrebbe imparato ad apprezzare il gusto e l'importanza delle verdure.

LE MAGICHE VERDURE

C'era una volta, in un piccolo regno, un vecchio re con un figlio molto bello che amava andare a cavallo. Il re spesso chiedeva al principe di sposarsi così da dargli un nipotino prima della sua morte, ma il ragazzo non voleva saperne di una moglie; lui desiderava solamente cavalcare per le verdi colline e tra il fresco bosco senza altri pensieri.

Un giorno cavalcando al limitare del bosco vide una splendida fanciulla a cavallo che trotterellava tranquilla tra gli alberi. Il principe rimase ipnotizzato dalla sua bellezza e lentamente si avvicinò, ma prima di riuscire a raggiungerla una strega piombò sulla ragazza disarcionandola da cavallo. Il principe spronò il suo destriero per superare i pochi metri che li dividevano e disse: “Strega, lasciala andare subito o dovrai batterti con me!”. La strega si mise a ridere malvagiamente e rispose: “Troppo tardi principe! Ormai questa ragazza è mia prigioniera!” e immediatamente sparì. Il povero principe non sapeva più cosa fare, aveva finalmente trovato l'amore della sua vita ma gli era già stato sottratto. “Non ti preoccupare, io so dove la malvagia strega ha portato la mia padroncina” ma da dove veniva quella voce? Il principe alzò gli occhi e non vide nessuno intorno a sé, tranne il cavallo della ragazza, era impossibile che potesse parlare... “Principe, sono io a parlare, non ti stupire, sono un animale fatato”. Era proprio il puledrino a proferire parola! “Come puoi parlare?” chiese il principe “Io sono lo spirito guida della ragazza e il mio compito è proteggerla, ma sfortunatamente la strega è stata più forte di me. Se davvero vuoi salvare la mia padroncina posso aiutarti. Prendi la borsa che è attaccata alla mia sella, ti aiuterà a contrastare i tranelli lungo il cammino verso il castello della strega che si trova ai piedi della montagna tuonante”. Il principe prese immediatamente la borsa e la aprì per scoprire cosa conteneva. Trovò delle carote, dei piselli e degli spinaci. “Verdure? Come potranno delle verdure aiutarmi contro una strega così potente?” ma non ottenne alcuna risposta perché il cavallo era sparito. Il giovane con molti dubbi decise di mettersi in viaggio verso il castello.

La montagna tuonante si trovava al di là del bosco, così spronò il suo cavallo per evitare di passare la notte in quel luogo, tuttavia gli alberi anticiparono l'arrivo del buio e il principe dopo poche ore; faticando a vedere oltre le orecchie del cavallo, decise di fermarsi ai piedi di una grande quercia e in breve tempo si addormentò. Prima dell'alba fu svegliato da una voce che veniva dalla borsa con le verdure. Subito la aprì e cercò di capire chi stesse parlando... “Mangiaci principe, mangiaci! Siamo le carote e ti aiuteremo a salvarti! Stanno per arrivare dei soldati della strega e solo con il nostro aiuto, migliorando la tua vista, potrai vederli meglio e sconfiggerli!” Così il principe ascoltò le verdure e immediatamente le mangiò. Appena finite le carote vide perfettamente anche senza la luce del sole e così riuscì a scorgere a pochi alberi di distanza una dozzina di soldati armati. Il principe iniziò a menar fendenti con successo perché i soldati non vedevano da dove arrivassero i colpi, così riuscì a sconfiggerli tutti in breve tempo e senza troppa fatica.

Subito dopo salì sul suo cavallo e in meno di un'ora raggiunse la montagna tuonante. I soldati che aveva battuto nel bosco avevano lasciato il portone aperto e il principe riuscì a entrare senza difficoltà. Ma altre guardie erano rimaste per precauzione al castello e lo notarono mentre entrava, i piselli magici suggerirono prontamente al principe di buttarli sul pavimento per fare scivolare tutte le guardie. Il piano funzionò perfettamente e tutti i soldati caddero a terra nello stesso tempo.

Il principe salì nella torre della strega e prima di entrare nella sua stanza gli spinaci urlarono: “Mangiaci subito! Aumenterai la tua forza e sconfiggerai la strega!”. Il principe obbedì e immediatamente si sentì molto più forte. Sfondò la porta e iniziò a combattere con la strega, il duello fu lungo e molto faticoso, ma gli spinaci avevano dato al principe una forza sovrumana e infine con un colpo eccezionale uccise la strega. Stanco ma felice andò a liberare la fanciulla e insieme tornarono nel palazzo reale in sella al cavallo del principe.

Il re appena seppe il desiderio del figlio di sposare la fanciulla esplose di gioia e immediatamente chiamò il ciambellano per organizzare il matrimonio. In meno di una settimana il principe sposò la bella ragazza e vissero per sempre felici e contenti.

**SONDAGGIO SULLA CORRETTA ALIMENTAZIONE
ALLEGATO 7b**



E TU....PENSI DI MANGIARE SANO?

Quanti E Quali Pasti Fai Al Giorno?

Quante Porzioni Di Frutta E Verdura Assumi Al Giorno?

Merendine E Fast Food Rientrano Nella Tua Alimentazione Tipo?

Abitualmente Quali Verdure Consumi, Fresche O Surgelate?

Hai Un Orto?

Consumi Prodotti Dell'orto? Se Si, Quali?

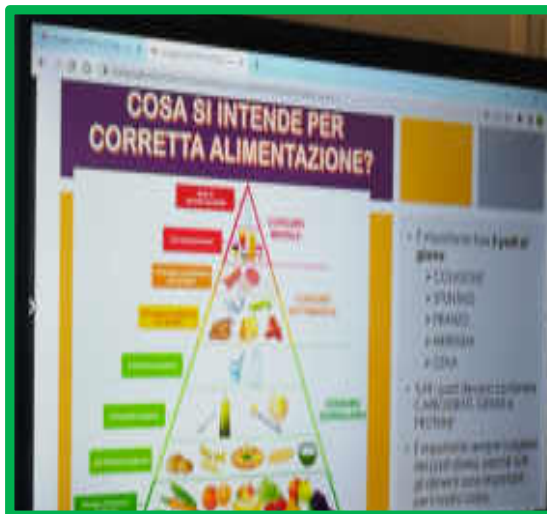
Ritieni Che Un Consumo Frequente Di Frutta E Verdura Possa Migliorare La Salute Come?
In Che Percentuale?

Dove Acquisti Mediamente Ortaggi E Frutta?

- Mercato Del Paese
- Supermercato
- Direttamente Dal Contadino
- Non Acquisto, Consumo Solo Prodotti Del Mio Orto
- Altro.....

Quale Piatto A Base Di Frutta O Verdura E' Ricorrente Nella Tua Alimentazione Quotidiana?

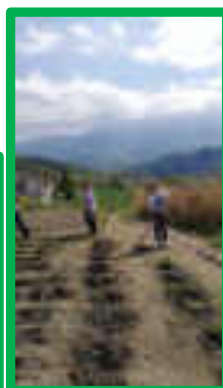
**PIRAMIDE ALIMENTARE
ALLEGATO 7c**



**PIANTE AROMATICHE IN CARRIOLA
ALLEGATO 7 d**



**SARCHIATURA DEL TERRENO, MESSA A DIMORA DELLE PIANTINE
ALLEGATO 8 a**



REALIZZAZIONE STRUTTURA A TENDA D'INDIANO

ALLEGATO 8b



ATTIVITA' LABORATORIALE LICEO ARTISTICO CASTELLI
ALLEGATI 9a- 9b



RACCOLTA ORTAGGI
ALLEGATI 10a- 10b-10c-10d

