

Attività didattiche

I prodotti dell'orto in cucina



Premessa

Qui di seguito trovi due esempi di attività didattiche. Usa la tua creatività per adattarle alla tua realtà (ambientale, sociale, culturale)!

► Attività 1

L'ingrediente misterioso... l'orto in tavola

In breve

Legare l'esperienza nell'orto (semina, crescita e cura degli ortaggi) alla trasformazione degli ortaggi secondo ricette tradizionali, suggerite da genitori, nonni e cuochi. Al bambino viene naturale mangiare con gusto quello che ha coltivato e curato nell'orto. Vale la pena sfruttare questo aspetto per promuovere un'alimentazione varia e sana che passa attraverso il recupero delle varietà e delle ricette locali.

Destinatari

Bambini di tutte le età.



Obiettivi

- Promuovere atteggiamenti curiosi rispetto al cibo, prima di tutto allenando i sensi.
- Comprendere le relazioni del cibo con l'ambiente, la salute, la cultura.
- Valorizzare i prodotti locali e tradizionali, la cultura gastronomica del territorio, anche nelle famiglie dei bambini.
- Promuovere la trasmissione dei saperi dagli anziani ai più giovani.
- Sviluppare la manualità e lavorare in gruppo.



Adulti coinvolti

Insegnanti, il cuoco della mensa scolastica, i genitori e i nonni degli alunni.

Materiali usati

- Cucina attrezzata (forno, ciotole, taglieri, pentole, ecc.)
- Cartelloni, fogli, matite per raccogliere e raccontare le ricette

Sviluppo attività

Prima fase: preparazione della ricetta segreta

Gli insegnanti dividono i bambini in tre o più squadre: ogni gruppo realizza una ricetta con verdure diverse dell'orto, senza rivelare alle altre squadre di cosa si tratta.

Seconda fase: degustazione

A pranzo o a merenda a ogni bambino viene servito un piatto che contiene un assaggio di ogni ricetta cucinata.

Si invitano i bambini a riconoscere gli ingredienti.

Terza fase: raccolta delle ricette

Su un quaderno, si descrivono le ricette, indicando con cura ingredienti, quantità e tecnica di preparazione.

Varianti

Si possono coinvolgere cuochi, genitori e nonni per avere le ricette ma anche per prepararle, il giorno in cui si organizza l'attività.

Si può anche organizzare una festa in cui si preparano di nuovo le ricette e si invitano le famiglie dei bambini a festeggiare. Ogni bambino può essere premiato con il diploma di "cuoco provetto".

Alla fine dell'anno scolastico, si possono raccogliere tutte le ricette e i bambini illustrano le pagine di questi ricettari con i loro disegni. Si realizzano un centinaio di copie dei ricettari, da mettere in vendita per raccogliere i fondi necessari al proseguimento del progetto dell'orto.

► Attività 2

Il ricettario dell'orto

In breve

Quest'attività aiuta i bambini a riconoscere e condividere le ricette di famiglia.

Destinatari

Bambini da 9 a 13 anni di età.



Obiettivi

- Conoscere gusti, usi e abitudini gastronomiche e comportamentali dei membri della propria famiglia.
- Attribuire valore simbolico-culturale agli ortaggi.

Adulti coinvolti

Insegnanti.

Materiali usati

Quaderno o fogli, colori, spago.

Sviluppo attività

Prima fase: il questionario

L'insegnante predispone, stampa e consegna (o detta in classe) la scheda con le domande e le spiega ai bambini.

Seconda fase: le interviste

A casa, i bambini usano l'elenco delle domande per intervistare

i loro familiari, trascrivendo le risposte sul quaderno.

Per ogni intervista i bambini devono aggiungere sul quaderno:

- il ritratto della persona intervistata;
- il disegno dell'ortaggio preferito.

Terza fase: il ricettario

In classe, i bambini presentano le loro interviste e i disegni. L'insegnante le fa ricopiare, e con le copie compone un ricettario da appendere in classe.

Elenco delle domande

- Chi
- Nome
- Ortaggio preferito
- Preferenza – crudo o cotto?
- Ricordo legato a quest'ortaggio
- Quando preferisci mangiarlo?
- Ricetta (ingredienti e preparazione)

Un esempio di intervista

- Chi: il mio papà
- Nome: Carlo
- Ortaggio preferito: piselli
- Preferenza: cotto
- Ricordo legato a quest'ortaggio: quando andavo a scuola...
- Quando preferisci mangiarlo?: picnic sul prato con amici
- Ricetta: Ingredienti: un etto di piselli, 2 uova, prezzemolo, sale e pepe. Preparazione: sbattere le uova...



Varianti

Una volta composto il ricettario ogni partecipante può scegliere una ricetta da preparare.

Alla fine dell'anno scolastico, si possono raccogliere tutte le ricette e i bambini illustrano le pagine di questi ricettari con i loro disegni. Si realizzano un centinaio di copie dei ricettari, da mettere in vendita per raccogliere i fondi necessari al proseguimento del progetto dell'orto.

Approfondimenti

Per maggiori informazioni sull'attività, contattare Sara El Sayed – Egitto (sara@nawayaegypt.org).

Aiutaci a trovare altre foto!