

A SCUOLA DI
FUTURO

GREEN CAMP

GUIDA PER GLI INSEGNANTI



Progetto ideato e promosso da:

Realizzato con il sostegno di:

Con il supporto di:

In collaborazione con:

scuolattiva^{NLUS}
EDUCATION FOR THE FUTURE

ScuolaHub
esperienze & arricchimento



Ministero dell'Istruzione,
dell'Università e della Ricerca
Uffici Scolastici Regionali



**World Food
Programme
Italia**



Gentile Insegnante,
grazie ancora per aver aderito al progetto didattico **A Scuola di Futuro**, l'iniziativa gratuita che, con il pluriennale sostegno di Findus, ha coinvolto negli ultimi anni migliaia di alunni e alunne in un percorso didattico avente per oggetto la gestione responsabile delle risorse ambientali.

Nel percorso **Green Camp**, l'**agronomo Fin** e il suo gruppo di piccoli esploratori accompagneranno la Sua classe lungo un viaggio attraverso l'Italia a contatto con la terra, **valorizzando l'importanza e la centralità delle verdure nella nostra quotidianità**.

Il percorso, oltre a sensibilizzare gli alunni e le alunne nei confronti dei temi legati alla **sana alimentazione** e all'**agricoltura sostenibile**, si inserisce adeguatamente all'interno del quadro normativo di recente attuazione da parte del **MIUR**, riguardante l'insegnamento dell'**Educazione civica** nelle scuole di ogni ordine e grado.

Attraverso gli insegnamenti dell'**agronomo Fin**, gli alunni e le alunne verranno infatti incoraggiati/e a condividere i principi della **cittadinanza attiva**, pilastri fondamentali del nostro futuro, avendo la possibilità di acquisire adeguate norme comportamentali orientate al corretto utilizzo e alla difesa attiva delle risorse naturali.

Inoltre, attraverso l'utilizzo delle **Schede didattiche**, la classe potrà "allenarsi" con esercizi sui temi della **Educazione alimentare** e dell'**Educazione ambientale**, senza dimenticare la **Lingua italiana** e la **Geografia**.

All'interno del kit didattico, come già indicato, sono presenti quattro bustine contenenti i **Semi dell'orto di Fin**: pisello, spinacio, basilico e pomodoro. Coltivare le verdure in classe, seguendo le informazioni riportate sul calendario di Madre Natura che troverà nelle pagine centrali di questa guida, sarà un'attività stimolante che consentirà agli alunni e alle alunne di conoscere e rispettare i tempi della natura.

Questa semina potrà essere documentata nel **poster Green Camp**, concepito per favorire un approccio partecipativo dell'intera classe. Troverà maggiori dettagli nelle pagine finali dedicate a questo percorso didattico.

Inoltre, sul sito www.ascuoladifuturo.com, verranno pubblicati anche dei **materiali multimediali** e **1 divertente pillola animata** aventi come protagonisti **Capitan Findus** e **l'Agronomo Fin**, i quali daranno la possibilità ai Suoi alunni e alle Sue alunne di approfondire alcuni temi affrontati durante il percorso didattico.

Ecco i protagonisti di questa avventura

L'**agronomo Fin** e il suo gruppo di piccoli amici esploratori:
Scheggia lo Sportivo, Chicco il goloso,
App la nerd, Verde l'ecologista.



INDICE

SEZIONE I

IL GREEN CAMP: A LEZIONE DI AGRICOLTURA SOSTENIBILE

1. Perché proprio le verdure? La piramide nutrizionale	pg. 4
2. L'agronomo e le nuove professioni legate al mondo dell'agricoltura	pg. 7
3. Le tecniche di coltivazione di ieri e di oggi	pg. 9
4. L'agricoltura sostenibile	pg. 12
- RIDUZIONE DELL'IMPATTO AMBIENTALE: Tutela ambientale e Biodiversità	pg. 14
- RIDUZIONE DELL'IMPATTO AMBIENTALE: Difesa delle colture e Gestione dei rifiuti	pg. 16
- IL VALORE DELLA RELAZIONE	pg. 17
- GESTIONE DELLE RISORSE: Gestione del suolo e della fertilizzazione	pg. 18
- GESTIONE DELLE RISORSE: Ottimizzazione delle acque	pg. 19
5. La stagionalità delle verdure e il calendario di Madre Natura	pg. 20
6. La provenienza degli ingredienti e le eccellenze IGP/DOP	pg. 24

SEZIONE II

IN VIAGGIO PER L'ITALIA CON FIN: ALLA SCOPERTA DELLE VERDURE SPECIALI

1. Autunno nel Lazio e nell'Abruzzo: spinaci, zucca e Patate del Fucino	pg. 26
2. Inverno nel Lazio: sedano	pg. 32
3. Primavera in Calabria e nelle Marche: Cipolla Rossa di Tropea e pisellini	pg. 34
4. Estate in Liguria e in Puglia: Basilico Genovese e pomodoro	pg. 39

ATTIVITÀ LUDICO-ESPERIENZIALI	pg. 43
-------------------------------------	--------

SEZIONE I IL GREEN CAMP: A LEZIONE DI AGRICOLTURA SOSTENIBILE

I. Perché proprio le verdure? La piramide nutrizionale

Lezione di Educazione Alimentare  ora

Obiettivi di apprendimento:

Promuovere azioni che favoriscano scelte consapevoli in relazione al cibo e alle sane abitudini alimentari.

Il valore delle verdure

"Eccomi, ragazzi, mi stavate aspettando! Ha inizio oggi il nostro Green Camp, cioè un percorso educativo nel verde all'interno di un'azienda agricola, ricco giorno per giorno di esperienze nuove a contatto con la terra, per conoscerla meglio e imparare a coltivarla nel modo giusto. Piacere: io sono Fin, l'agronomo che vi accompagnerà in questo percorso! Conosco tutte le più moderne tecniche di coltivazione, le normative legate all'agricoltura e so come tutelare l'ambiente e il suolo: insomma, aiuto Madre Natura a preservare la qualità e la quantità della produzione agricola. Prima di iniziare il nostro viaggio in Italia, per scoprire le caratteristiche, la storia e le tradizioni eno-gastronomiche di alcune regioni, impariamo a conoscere più da vicino le verdure e i motivi per cui è importante mangiarle. Prendete esempio da Chicco: il nostro piccolo amico da buon golosone sa bene che un buon minestrone gustoso è da preferire finanche ad una torta colorata con tanto zucchero. Invece tanti bimbi credono che un dolce sia preferibile a delle gustose verdure... solo perché non le conoscono, non pensano al loro valore e non hanno mai giocato con la piramide degli alimenti. Prima di tutto, allora, chiariamo perché in questa esperienza metteremo sempre al centro le verdure. Ecco App, come sempre con il suo tablet in mano – è una vera NERD! – già pronta ad aiutarmi: "Spiega che quando si parla di piramide alimentare, non si sta facendo geometria!"



Valore nutrizionale delle verdure

La maggior parte delle verdure è naturalmente **povera di grassi, sodio e calorie** e fornisce molti nutrienti, compresi **potassio, fibre, folato** (acido folico), **vitamina A, vitamina E e vitamina C**.

- Vegetali ricchi di **potassio** possono contribuire a mantenere una **pressione arteriosa equilibrata**. Tra gli alimenti che forniscono potassio, ci sono: patate dolci, bianche, fagioli bianchi, derivati del pomodoro (salsa e succo), barbabietole, semi di soia, minestrone, spinaci, lenticchie, fagiolini e piselli.



- La **fibra** contribuisce ad aumentare la sazietà e **ridurre i livelli di colesterolo nel sangue**.
- La **vitamina A** mantiene sani **occhi e pelle** e contribuisce a proteggere dalle infezioni.
- La **vitamina C** contribuisce all'**assorbimento del ferro**, e ha un'ottima azione antiossidante.

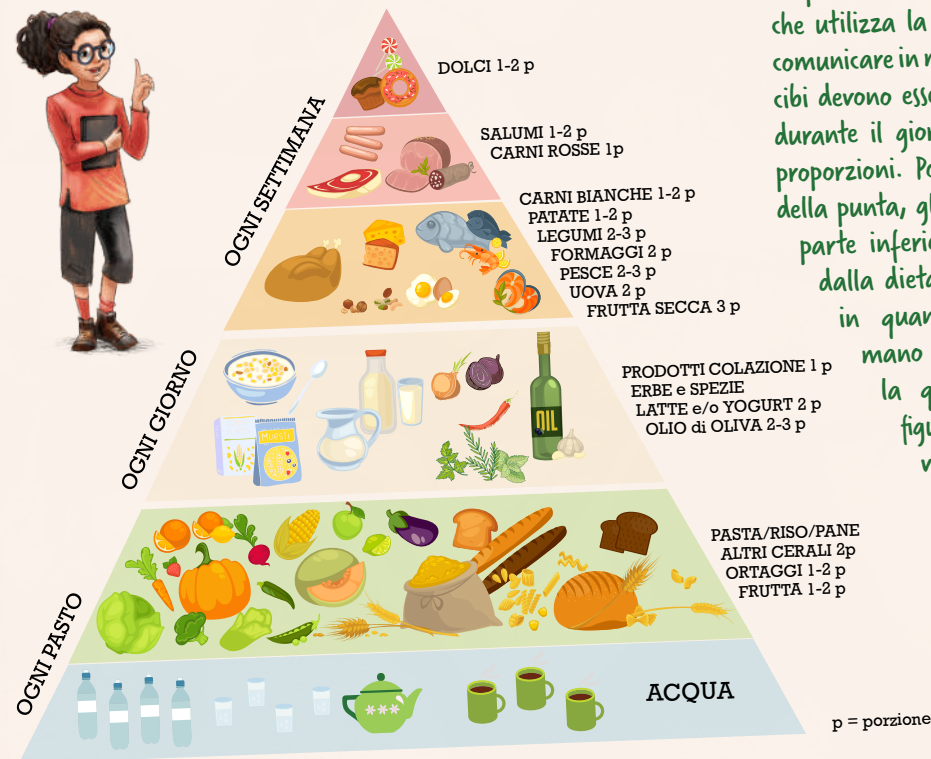
Lo sapevi che... la dieta mediterranea è stata riconosciuta Patrimonio dell'umanità dall'Unesco?

La Dieta Mediterranea, schematizzata dai nutrizionisti utilizzando la **piramide alimentare**, rappresenta un modello alimentare sano ed equilibrato fondato prevalentemente su cibi di origine vegetale e sul loro consumo diversificato e bilanciato, che viene tramandato di generazione in generazione. Il termine "*Mediterranean Diet*" è stato introdotto da **Ancel Keys** negli anni '50. Lo scienziato americano, venuto in Italia durante la seconda guerra mondiale, osservò che la mortalità per malattie cardiovascolari era molto bassa rispetto all'America e capì che questo dipendeva dall'alimentazione. Così, nei primi anni 50 tornò in Italia per studiare la nostra alimentazione e giunse alla conclusione che il tipo di alimentazione e di stile di vita erano alla base del **benessere** della popolazione. Una dieta a base di pane, pasta, frutta, tanta verdura, abbondanti legumi, olio extravergine di oliva, pesce e pochissima carne era la responsabile dello straordinario effetto benefico sulla popolazione locale.



Utilizzare la Scheda Didattica di **EDUCAZIONE ALIMENTARE** con le esercitazioni.

La Piramide nutrizionale



1. <https://www.fondazioneveronesi.it/magazine/articoli/alimentazione/piramide-alimentare-sai-cosa-significa>

Attività didattica

Ritaglia da giornali o cerca su internet tante immagini degli alimenti che mangi più di frequente e costruisci la tua personalissima piramide alimentare posizionando al posto giusto i cibi. Dai importanza alle verdure e dopo averla realizzata condividila con i tuoi compagni.



2. L'agronomo e le nuove professioni legate al mondo dell'agricoltura

Lezione di Cittadinanza e Costituzione  ora

Obiettivi di apprendimento:

Far conoscere e promuovere la centralità del mondo rurale ed il ruolo dell'agricoltura nell'affermazione di valori quali salubrità alimentare, qualità della vita, rispetto della natura per le attuali e le future generazioni.

A lavoro con la terra

"Non ci sono più scuse: le verdure si devono mangiare, perché aiutano la nostra salute, ma...vi siete mai chiesti come vengono coltivate? Oggi lavorare nel mondo dell'agricoltura apre orizzonti sempre più luminosi. Prima vi ho detto che essendo agronomo, un pochino mi sembra di aiutare Madre Natura...come sa Scheggia, che ama dedicarsi allo sport nel verde, vivere a contatto con la natura fa stare meglio anche lo spirito! Ecco... pensate che bella, la vita dei contadini: sempre in campo! Un po' come stiamo facendo noi. Oggi vengono sperimentate tecnologie rispettose dell'ambiente e nascono ogni giorno start-up, nuove imprese create da giovani sempre più intraprendenti: l'agricoltura italiana è oggi tra le più "green" d'Europa. C'è chi è impegnato a salvaguardare piante a rischio di estinzione, chi dagli scarti recupera energia, chi con una buona dose d'inventiva diventa agristilista, agriestetista e persino...agriwedding planner."



Negli ultimi anni si è registrato un aumento del 35% di giovani che hanno scelto di dedicarsi all'agricoltura e alla cura dei campi. Ma molto è cambiato rispetto alla tradizionale immagine del contadino cui tutti siamo abituati. Il contadino infatti è da sempre uno dei personaggi chiave delle nostre tradizioni e della nostra cultura rurale. Descritto e raccontato da sempre nelle fiabe popolari e nei racconti dei nonni, è stato indubbiamente uno dei profili professionali fondamentali nell'economia del nostro territorio. Infatti, grazie al lavoro di coloro che si occupano della terra, della manutenzione del territorio, della coltivazione attenta e responsabile di ottimi prodotti e dell'allevamento del bestiame, arrivano sulle nostre tavole tipicità enogastronomiche dal Nord al Sud d'Italia. Con la grande urbanizzazione e industrializzazione degli ultimi 50 anni, queste figure sembravano scomparse; al contrario, invece, negli ultimi tempi si stanno diffondendo i "green jobs", cioè lavori che proteggono la qualità ambientale, gli ecosistemi, il consumo d'energia, di materiali e di acqua.

In tal senso, il contadino non è più solo con i suoi mezzi di lavoro ma sempre più integrato nell'azienda agricola, accompagnato da un vero esperto del settore: l'agronomo.

Contadino e agronomo quindi non sono due figure identiche ma complementari, dal cui lavoro collaborativo si sviluppano le più moderne tecniche di coltivazione e produzione agricola.

IL LAVORO DELL'AGRICOLTORE NEL PASSATO

Viveva in campagna, iniziando a lavorare fin dall'alba. Conduceva una vita fatta di duro lavoro, con un'alimentazione povera e spesso lavorando terreni non di sua proprietà. L'agricoltore iniziava i lavori dell'**aratura** agli inizi di settembre (a seconda della zona). Finita la semina iniziavano i lavori del **maggese** e qui si usava principalmente la **zappa**; mettere a coltura diversi ettari voleva dire lavorare sodo mesi interi, di giorno e per molte ore della notte. A fine giugno l'agricoltore si preparava solitamente per la **mietitura** del grano che avveniva con la **falce** a mano.

...E oggi?

Dal campo al CAMPUS

Per prima cosa, oggi per diventare agricoltore è necessario arricchirsi delle moderne conoscenze per imparare a coltivare le piante, arricchire la fertilità del suolo, proteggere l'ambiente e saper utilizzare i moderni attrezzi e macchine agricole. Inoltre, bisogna essere ovviamente pronti a lavorare a contatto con la terra. L'agricoltore può poi contare su una figura di grande supporto: l'AGRONOMO!

Nome: **AGRONOMO**
 Titolo di studio:
 Laurea in **SCIENZE AGRARIE**
 Albo: (iscrizione obbligatoria)
 Dottori Agronomi e Forestali

SEGNI PARTICOLARI:

Multidisciplinarietà

- Aiuta i contadini a occuparsi dei terreni, a scegliere le piante da coltivare e a usare le risorse agricole.
- Aiuta Madre Natura a difendere le coltivazioni, i terreni e le risorse rispettando l'ambiente e salvaguardando la salute di tutti.

Firma **Fin**
 ITALIA 2020/2021
 IL SINDACO
 NOTE:
 Ama lavorare in team, dando sempre l'aiuto giusto agli agricoltori



3. Le tecniche di coltivazione di ieri e di oggi

Lezione di Storia 1 ora

Obiettivi di apprendimento:

- Riconoscere la successione di semplici eventi storici in relazione alla storia dell'agricoltura;
- Utilizzare strumenti convenzionali per la misurazione del tempo e per la periodizzazione (calendario, stagioni, linea del tempo);
- Cogliere i più evidenti cambiamenti prodotti dal passare del tempo nello sviluppo agricolo.

Una passeggiata in campagna per scoprire la storia dell'agricoltura

"Forza ragazzi, oggi faremo una bella passeggiata per iniziare a conoscere i diversi terreni. Nel tempo che impiegheremo per raggiungere quegli agricoltori laggiù a lavoro parleremo un po' di come è nata l'agricoltura. "Dai App, lo so che sei impaziente! Hai già messo gli occhiali in posizione di sfida: vuoi spiegare come è nata l'agricoltura? Un bel tuffo nella storia...pronti ad ascoltare?"



Il termine agricoltura deriva dal latino *ager* (campo) e *cultus* (coltivazione): l'uomo lavorando la terra ha prodotto beni alimentari fin dalla **Preistoria**. Studiando la Preistoria abbiamo imparato che il **Neolitico**, l'"età della pietra nuova", indica il periodo dal X al V millennio a.C. in cui gli uomini impararono a lavorare la pietra in maniera molto più accurata rispetto al periodo precedente, denominato infatti **Paleolitico** (età della pietra antica). In realtà, però, il fenomeno determinante del Neolitico non fu tanto il nuovo sistema di lavorazione della pietra, quanto una scoperta che modificò radicalmente il modo di vivere degli uomini, trasformandoli da nomadi in abitanti sedentari: l'**agricoltura**. Una vera e propria rivoluzione! A partire dal 10.000 a.C. il riscaldamento del clima produsse, nella vasta area tra l'Africa settentrionale e l'Asia sud-occidentale, la scomparsa di estese foreste, adatte a temperature più fredde, e con esse dei grandi mammiferi che le abitavano. Al loro posto si diffusero vegetali più adatti ai climi caldi, tra cui gli antenati selvatici dei legumi e dei cereali e gli uomini fecero una grande scoperta: osservando la natura, compresero il processo di **riproduzione delle piante**. Se, prima di allora, la vita nomade li aveva portati a cambiare dimora ogni volta che le risorse alimentari di un territorio erano esaurite, scoprirono poi che era possibile far crescere le piante senza bisogno di spostarsi verso nuove terre. Le prime tecniche agricole erano molto semplici: un terreno veniva disboscato con il fuoco, poi con un bastone si praticavano buchi nel terreno in cui venivano collocati i semi. Solo all'inizio del III millennio a.C. comparvero i primi **aratri** trainati dai buoi.

In Europa, durante il periodo dell'Impero romano, il processo di evoluzione fu sempre più veloce. Nel Medioevo una delle innovazioni che più contribuì alla nascita di vere e proprie imprese agricole fu l'introduzione, nel XII secolo, del **collare per il cavallo**. Questo finimento permetteva all'animale di lavorare senza strozzarsi e di trainare con più forza, più velocemente e più a lungo dei buoi, usati in precedenza. Attraverso le nuove scoperte scientifiche un altro passo avanti fu l'impiego sistematico di colture che arricchivano il suolo, come fagioli, piselli, trifoglio ed erba medica, che fissano l'azoto nel terreno per raccolti più abbondanti.

Già grazie a questi progressi alcuni agricoltori potevano disporre di una maggiore quantità di prodotti da destinare alla vendita. Questo portò allo sviluppo delle città, del commercio e dell'artigianato. Ed è proprio ad alcuni ricchi artigiani, commercianti e agricoltori che si deve l'invenzione delle prime macchine agricole.

L'INVENZIONE DELLE MACCHINE AGRICOLE

Intorno al 1700 Jethro Tull, agricoltore inglese, ideò una **seminatrice trainata da cavalli** che soppiantò la semina a mano, molto più dispersiva. Nel 1831, negli Stati Uniti, Cyrus McCormick inventò una **mietitrice trainata da cavalli** che poteva mietere il grano a un ritmo cinque volte maggiore rispetto a quanto poteva fare un uomo con la falce. Sempre in quel periodo i commercianti iniziarono a importare fertilizzanti in Europa dalle coste sudamericane occidentali. L'impiego di macchine e fertilizzanti produsse un consistente aumento nella produzione agricola.

I progressi in campo agrario portarono abbondanza di cibo a buon mercato agli abitanti delle città e spianarono la strada alla **rivoluzione industriale**. Per esempio, studiando i principi della genetica, coloro che ibridavano le specie ottennero piante che davano una resa maggiore o erano più resistenti alle malattie. Inoltre i ricercatori individuarono la giusta combinazione di nitrati e fosfati necessaria a una data coltivazione o a un dato terreno. In pratica la resa di un lavoratore agricolo odierno può essere di cento o addirittura mille volte superiore a quella di un lavoratore dell'epoca preindustriale. Ma in che modo questi sviluppi hanno influito sulla vita degli agricoltori e sulla natura dei campi?



Lo sapevi che... in Italia nell'antichità non c'erano tutta la frutta e verdura che mangiamo oggi?

Facciamo un salto indietro nel tempo e, precisamente, prima della nascita di Cristo, più di 2000 anni fa. Scopriremo così che in Italia non erano ancora conosciuti quei frutti e quegli ortaggi che gustiamo oggi sulle nostre tavole. Conoscere e approfondire le origini dei prodotti della terra significa anche compiere un viaggio multiculturale e interculturale tra i popoli e le culture del mondo.

- L'**albicocca** e il **limone** sono arrivati dalla Cina, passando per il Mar Rosso, nel I sec. a.C., per arrivare sulla tavola degli antichi Romani.
- La **pesca** dalla Persia, introdotta in Italia nel 30 d.C., fu coltivata per la prima volta a Pompei.
- Il **melone** e il **cocomero** arrivano dall'Asia occidentale e dall'Asia tropicale, il **ciliegio** e il **loto** dal Giappone, la **prugna** dal Medio Oriente.
- L'**arancia** fu portata dagli arabi in Portogallo nel VII secolo d.C. e fu introdotta in Sicilia dal XIII secolo.
- Il **pomodoro**, utilizzato dagli Aztechi, giunse dal Messico nel XV secolo, dopo il viaggio di Cristoforo Colombo.

Attività didattica

C'era una volta...iniziano sempre così i racconti più belli! Prova a scrivere tu una bella storia, intervistando un nonno o un parente/amico anziano: cerca di scoprire dove è nato e com'era il paesaggio, quali erano i mestieri dei suoi nonni, se c'erano animali in casa, dove si compravano frutta e verdura e come si coltivavano.

4. L'Agricoltura Sostenibile

Lezione di Scienze, Cittadinanza e Costituzione  3 ore

Il docente può scegliere di affrontare in ordine le lezioni proposte o selezionare quelle più adatte all'aspetto da voler approfondire con i suoi alunni tenendo presente i tre pilastri dell'agricoltura sostenibile.

I PILASTRI DELL'AGRICOLTURA SOSTENIBILE:

- 1) Riduzione dell'impatto ambientale
- 2) Valore della relazione
- 3) Gestione delle risorse

Obiettivi di apprendimento:

- Portare a maturazione nei bambini le tecniche di osservazione, di sperimentazione della realtà che li circonda fino alla graduale costruzione di pensieri scientifici e comportamenti finalizzati alla realizzazione di un obiettivo (semina, piccole coltivazioni, cura dell'orto e delle sue piccole piante);
- Far conoscere la biodiversità colturale e culturale del territorio, la salvaguardia di tradizioni, usi ed espressioni delle generazioni passate;
- Favorire la conoscenza dell'ambiente rurale, agricolo e forestale nel suo insieme e la necessità di norme comportamentali adeguate ad una difesa attiva e ad un corretto utilizzo delle risorse, nel rispetto degli ambienti naturali;
- Far conoscere e promuovere il ruolo multifunzionale dell'azienda agricola quale fornitrice di beni e servizi a tutela dell'ambiente e del paesaggio rurale.

Dalla teoria alla pratica

"Questa giornata sarà interamente dedicata al lavoro di squadra nei campi: conosceremo più da vicino i terreni e le colture, le tecniche di coltivazione e la gestione dei rifiuti agricoli. Prima di sporcarci con la terra, però, ascoltiamo i consigli di tutti gli agricoltori che incontreremo tra poco! Riflettiamo su come tutti noi con le nostre azioni possiamo ogni giorno imparare a rispettare Madre Natura!"



Se all'inizio l'agricoltura era praticata per soddisfare le esigenze primarie delle comunità, nel pieno rispetto dei tempi della natura e dell'ambiente, di pari passo con l'evoluzione della civiltà, le tecniche agricole nel tempo si sono molto evolute; oggi, però, si corre paradossalmente il rischio di distruggere la qualità dei terreni e dei prodotti con trattori inquinanti, sostanze chimiche, specie selezionate geneticamente, processi meccanici o artificiali che non tengono conto della stagionalità. I governi di tutto il mondo hanno quindi sentito l'esigenza di trovare norme e leggi che tutelino l'ambiente, secondo

i principi dello **Sviluppo Sostenibile**: uno sviluppo cioè in grado di assicurare la disponibilità di risorse naturali alle attuali e future generazioni. Ecco perché oggi si sente parlare di **Agricoltura Sostenibile** (eco-compatibile o integrata), cioè quella che, oltre a produrre alimenti e altri prodotti agricoli, si pone l'obiettivo di migliorare le risorse naturali dell'azienda agraria, la qualità complessiva dell'ambiente, la qualità della vita per gli agricoltori e per l'intera società di oggi e del futuro.

I 3 PRINCIPI DELL'AGRICOLTURA SOSTENIBILE:

1) LA RIDUZIONE DELL'IMPATTO AMBIENTALE

Tutte le attività sono svolte con l'intento di ridurre l'impatto sull'ambiente: ad esempio la **rotazione delle colture** aiuta a mantenere fertile il terreno e a proteggere la coltivazione dei prodotti, tenendo conto dei reali bisogni.

2) IL VALORE DELLA RELAZIONE

Bisogna conservare un rapporto quanto più stabile e longevo con gli **agricoltori**, anche grazie all'aiuto degli **agronomi**.

3) LA GESTIONE DELLE RISORSE

Utilizzo di metodi innovativi, come quello che **evita lo spreco d'acqua** (irrigazione a goccia e a bassa pressione che consente di ottimizzare e ridurre notevolmente l'utilizzo di acqua).



Utilizzare la Scheda Didattica di **EDUCAZIONE AMBIENTALE** con le esercitazioni.



Lo sapevi che...

cosa è SAI PLATFORM?

È una delle principali iniziative per l'agricoltura sostenibile. Per assicurare alle generazioni future un domani migliore, tutte le aziende coinvolte nel settore agricolo devono seguire delle pratiche di agricoltura sostenibile. **SAI Platform**, Sustainable Agriculture Initiative Platform, lavorando fianco a fianco con aziende e agricoltori responsabili, identifica, sviluppa e condivide le migliori pratiche da seguire nel settore agricolo per garantire un'agricoltura sostenibile a livello ambientale, sociale ed economico. Attraverso lo schema di verifica **FSA** (Farm Sustainability Assessment), ogni azienda può valutare la performance delle sue pratiche sostenibili e farla verificare da un ente terzo attraverso un audit.



RIDUZIONE DELL'IMPATTO AMBIENTALE: Tutela ambientale e Biodiversità

"Ragazzi, guardate! Vi faccio vedere 3 foto delle mie vacanze: rappresentano 3 diversi ecosistemi e come vedete ci sono tanti esseri viventi diversi tra loro a seconda del loro habitat. Questa è la **biodiversità** ("bios" in greco significa vita), che indica la ricchezza di forme di vita, animali e vegetali, presenti in un determinato ambiente o luogo. Guardate Verde, grazie alla sua passione per l'ecologia, sta già osservando il terreno e compilando la sua scheda per descrivere tutti gli esseri viventi in questo terreno. Giusto! Ha già capito che anche il campo su cui siamo noi ora ha la sua biodiversità!"



Prima di tutto, quando si pensa alla biodiversità, bisogna capire che il suo valore non è rappresentato solo dalla **molteplicità delle specie viventi**, ma anche dalle numerose **relazioni** che esistono tra di esse. È evidente quindi, ad esempio, che preservare una pianta non è importante solo per la pianta in sé ma anche per gli uccelli che trovano rifugio tra le sue fronde, per gli insetti che si nutrono della sua corteccia, per i ragni che tessono la loro ragnatela tra i rami... e per l'uomo stesso che può cibarsi dei suoi frutti. Nello specifico il suolo agricolo è un territorio le cui caratteristiche naturali sono state modificate in seguito ad interventi dell'agricoltore che ha imparato ad "addomesticare" la natura

Lo sapevi... che cos'è l'habitat?

Le piante e gli animali vivono nei luoghi più adatti a loro. Le giraffe vivono nella savana africana e i pinguini vivono sui ghiacciai del Polo Sud. Allo stesso modo ci sono tante piante per ogni terreno. Ogni luogo con i suoi animali e le sue piante viene chiamato HABITAT.

per far fronte alle sue esigenze. Come? Con le sue tecniche e i suoi strumenti di produzione, i tipi di colture, le sue case, l'intreccio di strade e sentieri per accedere ai campi e la rete di canali che portano l'acqua. Non c'è solo il campo coltivato! Anzi, ogni specie coltivata, con i caratteri specifici diversi per ogni varietà, rappresenta una ricchezza per la biodiversità. Vi è quindi bisogno di **rispettare e preservare** i particolari habitat faunistici e/o le aree di particolare valore (canneti, boschi, ecc.), utilizzando per esempio prodotti chimici controllati che non mettano a rischio gli animali del territorio (ad esempio pesci, api, ecc.).

Lo sapevi che... gli insetti in agricoltura sono importanti?

In natura anche gli esserini più piccoli, persino quelli invisibili, hanno una specifica funzione, molto spesso insostituibile e irrinunciabile. Dovete sapere che gli insetti, ad esempio, sono un gruppo di animali incredibili: vivono in tutti i continenti, adattandosi ad ogni tipo di ambiente grazie alla varietà di dieta, di colori e di funzioni ecologiche (cioè ai lavori che compiono in natura). Attualmente si conoscono oltre un milione di specie diverse di insetti!

Molte volte non li vediamo nemmeno o non prestiamo loro attenzione, e se li vediamo spesso non ci piacciono e pensiamo siano piuttosto bruttini. Eppure tutti loro svolgono diverse mansioni importanti in natura. Per esempio ci sono gli insetti **DETRITIVORI** che mangiano resti animali e vegetali e li trasformano in humus (cibo per le piante); altri insetti sono **IMPOLLINATORI**, cioè volando di fiore in fiore trasportano il polline che permette la fecondazione e la formazione dei frutti e dei semi; altri ancora sono **PARASSITI** di animali o piante da cui prendono il loro cibo (ad esempio, succhiando sangue o linfa); e poi ci sono molti altri tipi di insetti... Anche se ogni insetto è piccolo o piccolissimo, tutti insieme sono tantissimi; senza dubbio il numero è la loro forza!

Pensate alle **api**: ogni ape impollina ogni giorno poche decine di fiori, ma un'intera famiglia di api può impollinare 200 alberi in un giorno solo!!! Forse non sapete che le api sono importantissime nell'agricoltura, perché grazie all'impollinazione permettono la riproduzione di tantissime piante: vanno quindi protette!



Attività didattica - A caccia di insetti

Armato del tuo quaderno, esci nel giardino della tua scuola, di casa tua o del tuo quartiere e inizia ad annotare tutti gli insetti che vedi e anche il luogo preciso dove sono (es. foglia viva, rametto di albero, animaletto morto a terra...). Prova a pensare perché si trova proprio lì (mangiare, farsi la tana, riprodursi...)?

Ora prova a fotografare o disegnare tutti gli insetti che trovi. Una volta tornato a scuola confronta le foto/disegni che hai fatto e cerca di capire che funzione svolgono gli insetti immortalati: sono impollinatori, detritivori, parassiti di animali o piante...?



RIDUZIONE DELL'IMPATTO AMBIENTALE: Difesa delle colture e Gestione dei rifiuti



"Sceggia sta tornando tutto sudato da una delle sue solite corse... si è allontanato perché voleva contare tutte le verdure dei campi e ora sta chiedendo ad App come mai ci siano così tante piante differenti! Ma certo... coltivare ogni anno verdure diverse è un altro sistema utile per l'agricoltura. Con la rotazione dei raccolti il terreno si mantiene sano e si riducono i problemi di erbe e insetti infestanti. Vedete Verde? Lei che è attenta all'ambiente sta già parlando con un nostro amico agricoltore e si diverte a difendere il raccolto con uno spray ecosostenibile!"



Per ogni tipo di vegetale vi sono delle indicazioni da rispettare in relazione all'uso di fertilizzanti, agro farmaci ed acqua che vanno utilizzati e registrati con grande attenzione. Un'attenzione particolare va posta poi in un secondo momento nella fase di gestione e smaltimento dei rifiuti. Anche per l'azienda agricola valgono le regole delle 3R applicabili anche in molti altri campi: Riduzione, Riuso, Recupero dei rifiuti.

RIDUZIONE: ridurre e prevenire la riduzione di rifiuti è sempre fortemente consigliato, in ogni caso bisogna tener presente il riciclo dei rifiuti stessi.

RIUSO: prolungare il ciclo di vita dei beni, usandoli ripetutamente (in più cicli produttivi). Alcuni esempi:

- nell'acquisto di attrezzi e macchine agricole tener conto anche della resistenza all'usura che allunga la loro vita, ne ritarda la rottamazione e quindi il passaggio allo stato di rifiuto;
- il trasporto dei prodotti agricoli può avvenire con casse o cassoni richiudibili e riutilizzabili per più spostamenti rendendo conveniente il classico "vuoto a rendere";
- utilizzare per più colture o cicli la stessa plastica di pacciamatura o copertura e materiale per l'irrigazione.

RECUPERO DEI MATERIALI: riciclare i materiali è una cosa importante, ad esempio, nel caso di residui organici, come gli scarti di potatura o altri residui colturali, è importante interrarli nel terreno per mantenere e aumentare la sua fertilità.

IL VALORE DELLA RELAZIONE



"Ragazzi, venite! È pronto il pranzo! Ma dov'è Scheggia? Di solito è sempre pronto per mangiare, affamato dopo l'allenamento! Ma eccolo, è lì nei campi e c'è pure Chicco con lui! Stanno aiutando un agricoltore a raccogliere gli ultimi pomodori: Scheggia è abituato a giocare in squadra e sa che il successo dipende dall'aiuto di tutti e dalla capacità di darsi sempre una mano!"



Nelle aziende agricole, uno dei cardini fondamentali è il **lavoro di squadra**. L'importanza del team è strategica; mettere insieme più persone al lavoro, sviluppando un'intesa reciproca e produttiva, non è semplice, ma appare necessario per il successo: visione comune, importanza del singolo, apertura e collaborazione, diversità come ricchezza, entusiasmo.

Come abbiamo visto, fino a poco più di cinquant'anni fa l'Italia era un Paese **prevalentemente contadino**. Oggi, certamente, i lavori agricoli, se pur contano molto meno in termini d'impatto sull'economia, restano strategici per la qualità dei cibi prodotti e per la salvaguardia ambientale. Se vogliamo dunque che l'agricoltura sia fonte di occupazione soprattutto per i giovani, bisogna valorizzare anche il sistema dei diritti e dei contratti dei lavoratori della terra. Ma chi sono di preciso gli **operai agricoli**? La manodopera giovanile è in continua crescita, contando anche gli extracomunitari, con una quota che si aggira intorno al 15% del numero complessivo degli operai.

In tal senso, un ruolo strategico è oggi quello dell'**agronomo** che da una parte consiglia gli agricoltori e dall'altra spesso si trova a selezionarli, scegliendo le figure più in linea anche con il programma dell'azienda (**scelta delle piante, controllo dei campi, smaltimento dei rifiuti**). È per questo motivo che nelle aziende sarebbe preferibile avere un gruppo di agricoltori piuttosto costante e stabile che possa avviare un lavoro di squadra con l'agronomo e le altre figure.

BENEFICI DELLA RELAZIONE AGRICOLTORE – AGRONOMO

L'agricoltore e l'agronomo lavorano insieme nei campi: è questo il modo giusto per innovare la produzione agricola ed è per questo che bisogna avere un gruppo di agricoltori stabili che possano relazionarsi ogni giorno con l'agronomo. Infatti, l'agronomo svolge sicuramente un ruolo di **consulenza per le aziende agricole**, fornendo indicazioni sulle tecniche da adottare e dando consigli in materia amministrativa e gestionale, ma si tratta solo di una parte dell'attività lavorativa. La parte più importante è quella svolta accanto all'agricoltore per la salvaguardia ambientale e per la certificazione di prodotti alimentari di qualità.

GESTIONE DELLE RISORSE: Gestione del suolo e della fertilizzazione

"Andiamo a sporcarci le mani con la terra e a sentirne l'odore! Chicco di solito ha un fiuto sopraffino per i piatti a base di verdure, ma...oggi...sente una strana puzza! Ma certo, è l'ammendante organico a minor impatto ambientale! Il terreno ha bisogno di fertilizzanti per dare al raccolto le sostanze necessarie: qui sono gli animali a fornire un ottimo fertilizzante naturale e di qualità!!!"



Il suolo è una risorsa limitata: il suo impoverimento e degrado non sono recuperabili nel corso di una vita e possono compromettere lo sviluppo agricolo. Si tratta, quindi, di una risorsa naturale di grande valore ma spesso sottovalutata. I terreni produttivi sono limitati e hanno delle caratteristiche naturali che devono essere conservate per le generazioni future. Prima di tutto, ogni anno va effettuata un'analisi del terreno per valutare la fertilità del suolo, analizzando la quantità di azoto, fosforo e potassio. Il terreno agricolo, che va comunque lavorato, dissodato e irrigato, viene reso più fertile grazie alla concimazione e a pratiche come la rotazione delle colture e il sovescio dei residui culturali. La concimazione consiste nell'apportare al terreno sostanze, naturali o di sintesi, che siano volte a reintegrare la fertilità residua del terreno asportate con le coltivazioni. Il letame, un concime naturale organico, deriva dalla fermentazione e maturazione della lettiera (costituita da paglia, fogliame, segatura, ecc.) mescolata agli escrementi liquidi e solidi degli animali. La **rotazione delle colture** consente, invece, di mantenere fertile un terreno, alternando negli anni sullo stesso terreno colture diverse che hanno esigenze nutritive differenti.

Bisogna poi prestare particolare attenzione all'uso delle macchine, per esempio evitando di passare troppe volte sui campi, soprattutto quando i terreni sono bagnati e si rischia di compattare troppo il suolo.

GESTIONE DELLE RISORSE: Ottimizzazione delle acque

"La mattinata è stata faticosa e la giornata non è finita! Abbiamo giusto il tempo di una doccia e di un pasto veloce prima di tornare nei campi! Ehi! Verde e App, ma perché gridate così? Ora ho capito, App per fare un suo esperimento ha lasciato aperta l'acqua del rubinetto e giustamente Verde, sempre attenta a non sprecare, si è arrabbiata...Seguitemi nei campi, colgo l'occasione per spiegarvi che non serve sempre tanta acqua alle nostre verdure e che è importante usare consapevolmente le nostre risorse idriche!"



Quando si parla di sistemi di irrigazione si intende la modalità con cui viene distribuita l'acqua alla coltura, cosa che dipende da tantissimi fattori, quali la disponibilità e la fonte di approvvigionamento dell'acqua, la morfologia del terreno, il clima, il tipo di coltura. È importante irrigare secondo le reali esigenze della coltura nei diversi periodi del suo accrescimento. Generalmente, le esigenze colturali aumentano con l'accrescersi delle piante e con l'aumentare delle temperature. Distribuire l'acqua in relazione alle reali esigenze delle piante permette di utilizzare in maniera sostenibile questa importante risorsa. È opportuno utilizzare, dove possibile, sistemi d'irrigazione a bassa pressione, ad esempio quello a goccia, che disperde meno acqua rispetto a quello per aspersione. Il **sistema a goccia** è un sistema di irrigazione localizzata, cioè si portano piccole quantità di acqua in prossimità delle radici della pianta; in questo modo si può fornire ad ogni pianta la quantità di acqua giusta. Sulla base dei dati raccolti nei campi si è potuto dimostrare che i sistemi predisposti per l'irrigazione localizzata permettono di utilizzare meno energia e carburante di quelli per aspersione e quindi inquinano di meno.

5. La stagionalità delle verdure e il calendario di Madre Natura

Lezione di Scienze dell'Alimentazione  ora

Obiettivi di apprendimento:

- Conoscere i cicli produttivi delle verdure secondo la stagionalità;
- Promuovere un'adeguata alimentazione che preveda il consumo di prodotti ortofrutticoli;
- Avvicinare fin da piccoli i bambini alla natura, ai suoi ritmi, ai suoi tempi, alle sue manifestazioni e consegnare loro un ambiente tutto da scoprire, esplorare, amare e rispettare.

"1, 2, 3, via. Si apre la caccia al tesoro: tra mezz'ora tutti qui! Dovete portarmi almeno 3 verdure di specie diverse: melanzana, insalata, carota.... È passata un'ora e non si vede ancora nessuno. Ecco Verde! Ha quasi finito grazie alla sua passione per la natura...ma... non riesce a trovare la carota. Vieni con me, il nostro agricoltore ti farà scoprire dove nasce, dove vive e ti farà conoscere i segreti della coltivazione a tutto campo."



La prima regola che un agronomo deve rispettare è quella di seguire il calendario dettato da Madre Natura, rispettando la stagionalità dei prodotti. Infatti, la vita delle piante nei frutteti e negli orti è scandita dal susseguirsi delle **stagioni**: ogni periodo dell'anno è tipico per alcune verdure che in quella stagione presentano le migliori caratteristiche anche dal punto di vista nutritivo. Una volta il legame dell'uomo con la natura era molto stretto e anche la scelta del cibo dipendeva da essa: arance d'inverno e pesche d'estate ad esempio, non era possibile diversamente. Oggi non è più così: è ormai abitudine acquistare in qualsiasi stagione dell'anno la maggior parte di frutta e verdura, salvo eccezioni come le angurie e le castagne.

Un modo per consumare le verdure tutto l'anno garantendone la genuinità è senza dubbio la **surgelazione**. Rispetto al congelamento che permette la formazione di grossi cristalli di acqua tra le molecole dell'alimento riducendone le proprietà, la surgelazione blocca la crescita microbica e la formazione di microcristalli di ghiaccio, preservando le proprietà dell'alimento.

Le proprietà delle verdure surgelate, al pari di altre caratteristiche come struttura, gusto e aroma, vengono garantite dal rapido abbattimento della temperatura e dalla prontezza della lavorazione, che avviene subito dopo il momento della raccolta, quando gli ortaggi presentano il loro picco massimo di nutrienti. Inoltre, le verdure destinate alla surgelazione, vengono lasciate crescere in terreni selezionati, in aree vocate all'agricoltura: questo permette loro di sviluppare e conservare l'intero patrimonio nutrizionale che le caratterizza.

Ecco la guida per scegliere le verdure giuste mese per mese:



Calendario di Madre Natura



= Semina

* Il periodo di semina e raccolta dei vegetali può variare in base alla posizione geografica dell'area di coltivazione e alle condizioni climatiche.

6. La provenienza degli ingredienti e le eccellenze IGP / DOP

Lezione di Geografia e Scienze dell'Alimentazione  ora
Obiettivi di apprendimento:

- Favorire la conoscenza dei prodotti agricoli del territorio caratterizzati da qualità certificata ed elevata salubrità alimentare; chi li produce, dove e come si producono.

Nell'ottica dell'agricoltura sostenibile, la qualità dei prodotti agroalimentari è regolata da un gran numero di leggi, nate soprattutto per tutelare la salubrità dei prodotti che arrivano sulle nostre tavole a partire da chi li produce. Ecco perché sentiamo spesso parlare di **prodotti tipici**, legati ad un determinato territorio. L'Unione Europea, per proteggere i produttori (e anche i consumatori), ha elaborato un sistema per riconoscere questi prodotti ed evitare imitazioni e contraffazioni, grazie a marchi particolari che possiamo trovare sulle confezioni di questi prodotti di qualità. Quali sono le differenze fra i vari simboli che troviamo sui prodotti tipici?



DOP: Denominazione d'Origine Protetta. Sono prodotti che hanno avuto TUTTE le fasi di produzione, trasformazione ed elaborazione in un'area del territorio (di solito regione) geograficamente delimitata.



IGP: Indicazione Geografica Protetta. Si tratta di prodotti che hanno ALMENO UNA FASE di produzione, trasformazione ed elaborazione in un'area del territorio (di solito regione) geograficamente delimitata.

Ecco perché è fondamentale leggere sempre l'**etichetta**, uno strumento per conoscere non solo la provenienza dell'alimento ma anche le sue caratteristiche. Alcune etichette riportano anche le informazioni nutrizionali, cioè spiegano quante proteine, grassi, carboidrati, fibre ecc. contiene quel dato alimento. Le informazioni nutrizionali non sono obbligatorie per tutti gli alimenti, ma sono sempre più diffuse.

I paesi europei con il maggior numero di prodotti DOP e IGP sono l'**Italia** e, ormai distanziata, la **Francia**. In questo momento i prodotti DOP e IGP riconosciuti all'Italia sono complessivamente **circa 250**, di cui la maggior parte DOP (Denominazione d'Origine Protetta). I prodotti DOP e IGP italiani più frequentemente riconosciuti sono gli **ortofrutticoli**, segue l'**olio extravergine d'oliva**, poi i **formaggi** e i **caseari**, le **carni** (salumi e carni fresche). Guardando alla distribuzione regionale dei prodotti DOP e IGP, abbiamo, al nord, il maggior numero di riconoscimenti per **Emilia-Romagna**, **Veneto** e **Lombardia**. Nell'Italia Centrale spiccano **Toscana** e **Lazio**; al sud **Sicilia** e **Campania**.



Utilizzare la Scheda Didattica di GEOGRAFIA con le esercitazioni.

SEZIONE II IN VIAGGIO PER L'ITALIA CON FIN: ALLA SCOPERTA DELLE VERDURE SPECIALI

Fasi del viaggio



"Ragazzi, il minestrone che abbiamo mangiato qualche giorno fa ci ha messo curiosità...tante verdure colorate tutte mischiate insieme! (Che

ne dite di andare a conoscerle più da vicino durante il nostro tour per l'Italia? Sta per iniziare un anno scolastico un po' particolare...infatti, seguiremo le stagioni e visiteremo posti magnifici curiosando tra le specialità enogastronomiche di alcune regioni italiane! Incontreremo da vicino delle VERDURE SPECIALI. Le nostre tappe avranno l'ordine imposto da Madre Natura, la nostra guida preziosa che tanto ha da insegnarci! Iniziamo a scoprire due regioni centrali: il Lazio e l'Abruzzo!"

Il proverbio

"Gennaio zappatore, febbraio potatore, marzo amoroso, aprile carciofaio, maggio ciliegiaio, giugno fruttai, luglio agrestaio, agosto pescaio, settembre ficaio, ottobre mostaio, novembre vinaio, dicembre favaio."



Autunno nel Lazio e nell'Abruzzo: spinaci, zucca e Patate del Fucino

Il proverbio

"Se di novembre non avrai arato, tutto l'anno sarà tribolato."



Ottobre e novembre nel Lazio: tra zucche e spinaci



"La piccola App sta leggendo un e-book impegnativo: vuole scoprire perché si festeggia Halloween!? Ma certo, siamo ad ottobre e si sta avvicinando il 31! Dolcetto o scherzetto? Siete pronti a festeggiare? Anche se non è una festa della tradizione italiana, so che a voi bimbi piace mascherarvi da mostri e fantasmi!!! E tu per quest'anno che maschera hai scelto? Di certo noi, che amiamo la campagna, quest'anno festeggeremo divertendoci a decorare le zucche coltivate al centro Italia: nel Lazio."



Lo sapevi che... da dove proviene la zucca?

Frutto di particolare famiglia di cucurbitacee, in realtà ne esistono di ogni foggia e colore, anche se tendenzialmente siamo abituati a pensare alla forma rotondeggiante colorata di verde o di arancio. Ma vediamo qualche curiosità su questo ortaggio speciale.

Pianta **originaria del Nord America**, la zucca fu importata in Europa e poi diffusa in tutto il mondo dai coloni inglesi a partire dal Seicento. Non è un caso che tutt'ora negli Stati Uniti e in Canada il dolce tipico del giorno del Ringraziamento sia la torta ripiena di zucca, per non parlare della tradizione di Halloween (che si festeggia appunto il 31 ottobre) di intagliare grandi zucche con facce bizzarre e inserirvi delle candele: si chiamano *jack-o-lantern*.

1° Escursione... nel campo, a coltivare LA ZUCCA

Valori nutrizionali

La zucca è un vegetale poco calorico: una porzione da **100 grammi** apporta solo **26 kcal**. Come tutti i frutti e gli ortaggi di colore arancione, è una buona **fonte di carotene** e **pro-vitamina A** che, grazie alle loro qualità antiossidanti, proteggono le nostre cellule dai danni dei **radicali liberi** e **rendono bella la pelle**. La polpa della zucca è ricca anche di sali minerali, soprattutto di fosforo, ferro, magnesio e potassio e vitamine come la C.



SEMINA

È necessario piantare la zucca quando non c'è più il rischio di gelate, normalmente a **marzo** (la temperatura migliore è fra 18 e 24 gradi). I semi di zucca da piantare devono essere scelti accuratamente: parlando di zucca invernale, le tipologie più diffuse sono le zucche grandi (quelle usate ad Halloween e a scopo alimentare) e le zucche piccole (spesso utilizzate come ornamento).



COLTIVAZIONE

È bene sapere che la zucca è un ortaggio che richiede spazio per la sua coltivazione: la pianta infatti cresce propagandosi in maniera ramificata per il terreno e i suoi tralci spesso superano la lunghezza di 10 cm. Più le zucche crescono, più va limitata la quantità di acqua: prima della raccolta, meglio smettere del tutto di innaffiarle.



RACCOLTA

In genere la raccolta delle zucche avviene ad **ottobre**. Le zucche possono essere raccolte quando la parte esterna risulta arancione brillante, mentre il picciolo e le foglie iniziano a seccare. Se la zucca risulta morbida, non raccoglietela: marcirebbe in fretta. Infine le zucche vanno conservate in un luogo soleggiato e asciutto e non hanno bisogno di refrigerazione.



2° Escursione... nel campo di SPINACI



"Scheggia lo sportivo non vuole più decorare le zucche perché ha visto un vecchio episodio di Braccio di FERRO e vuole andare a raccogliere gli spinaci nel campo qui vicino: come il forzuto marinaio anche lui è convinto di aumentare la sua forza mangiando gli SPINACI!!! Chicco, il golosone, sa che gli spinaci contengono tanto ferro, tuttavia all'interno di queste verdure il minerale è insieme ad altre sostanze che ne limitano l'assorbimento. Conviene, infatti, aggiungere anche il succo di limone per facilitare l'assorbimento del ferro. Insomma, Scheggia, ci hai fornito un'ottima scusa per conoscere un po' di più questa verdura!"



Lo sapevi chi è BRACCIO DI FERRO?

Braccio di Ferro, nato nel 1919 dal fumettista Elzie Crisler Segar, ha tante qualità: è un uomo buono, divertente, che non si tira indietro quando può risolvere problemi a colpi di pugilato. Contro i cattivi, usa un metodo infallibile: mangia una scatoletta di spinaci che gli dà grande energia. Questo personaggio si trova spesso a dover fare i conti con Bruto a causa di problemi d'amore: Bruto corteggia Olivia, fidanzata di Braccio di Ferro!

Nel 1890 per un errore era nata la leggenda secondo cui gli spinaci possedevano una quantità di ferro 10 volte superiore a quella reale, già abbastanza alta. E così tutti credevano agli straordinari poteri del marinaio, invincibile quando mangiava spinaci. La leggenda ha fatto il suo corso: per generazioni i bambini hanno mangiato le verdure spinti dal buon esempio di Braccio di Ferro!

Lo sapevi che... da dove provengono gli spinaci?

Originari dell'Asia sud-occidentale, gli spinaci furono probabilmente introdotti in Europa intorno all'anno 1000, anche grazie agli Arabi che hanno conosciuto questa pianta in Persia. Soltanto nel XIX secolo però, lo spinacio ha acquistato importanza come ortaggio di grande consumo, prima in Europa e poi in America.

Valori nutrizionali

Gli spinaci sono ricchi di caroteni, importanti per la vista, pelle e per la loro **azione antiossidante**. Contengono **ferro** ma è errata la convinzione secondo cui ne apportino un quantitativo elevato all'organismo; è infatti consigliabile, per agevolare l'assorbimento di questo minerale, condire gli spinaci con limone, la cui vitamina C aiuta ad assorbire il ferro.



SEMINA

È importante che il terreno ben lavorato dreni l'acqua in eccesso. Si semina a **febbraio**.



COLTIVAZIONE

Coltivare gli spinaci non richiede molto lavoro: l'importante è preparare al meglio il terreno, rendendolo soffice, per ospitare i semi.



RACCOLTA

La raccolta avviene a **maggio**; è possibile cogliere solo le foglie più esterne oppure tutto il cespo, lasciando la base.

La regione in pillole

Il Lazio è una regione assai varia per natura del territorio, storia, popolazione e sviluppo economico. Soprattutto, è una regione dominata dalla fortissima presenza di **Roma**: capitale e città più popolosa d'Italia, meta turistica mondiale. Ma non va dimenticato che tutto il territorio è ricchissimo di bellezze naturali e storico-artistiche, tutte da scoprire. All'interno del Lazio si trova inoltre anche la **Città del Vaticano**, il più piccolo Stato indipendente del mondo.



Roma



Lago di Bracciano

3° Escursione... in Abruzzo per conoscere la patata del Fucino IGP



"Dopo Halloween non ci resta che aspettare le feste di Natale. Prima che arrivi l'inverno, però, e inizi a nevicare, facciamo un salto in Abruzzo. In effetti, il freddo inizia a sentirsi!!! ...Brrr...la passeggiata nei campi oggi è stata impegnativa...per riscaldarci, cari miei, la cosa migliore è preparare un bel minestrone caldo e gustoso...ma cosa stai addentando (chicco)? Lo sappiamo tutti che vuoi sperimentare nuovi piatti ma non puoi mangiare cruda quella patata: è speciale, proviene dal Fucino, per questo andiamo in Abruzzo. Venite, vi farò conoscere un agricoltore che vi spiegherà tutto di questo vegetale!"



Patata del Fucino IGP

Valori nutrizionali

Le patate hanno un elevato contenuto di **acqua** e di **fibra**. Per quanto riguarda i micronutrienti, questi tuberi contengono discrete quantità di vitamina C e buona quantità di vitamina PP (che funge da protettivo per la pelle ed è utilissima nel processo di digestione degli alimenti). Contengono pochissimo sodio e sono ricche di potassio. Il nutriente principale è l'amido, importante per produrre energia.



SEMINA

La semina avviene ad **aprile**.



COLTIVAZIONE

Particolare attenzione va posta alla preparazione del terreno ed alla rincalzatura delle piante. Inoltre, per quanto riguarda l'irrigazione, sarebbe opportuno utilizzare sistemi a goccia.



RACCOLTA

La raccolta si effettua ad **ottobre**. I tuberi possono sostare in celle di conservazione anche per lunghi periodi e comunque non oltre i 9 mesi.



L'Associazione Marsicana Produttori Patate - **AMPP** è una realtà leader che da oltre trent'anni contribuisce a migliorare sempre di più la qualità e la varietà colturale della pataticoltura del Fucino fino ad ottenere l'ambito marchio **IGP**.

Con oltre 400 soci è protagonista delle politiche di innovazione dell'agricoltura italiana introducendo nuovi strumenti e tecniche di coltivazione e produzione, metodologie improntate al **rispetto dell'ambiente** e del **consumatore**.

L'**AMPP** segue con scrupolo e rigore ogni fase della **filiera produttiva**: dalla programmazione delle semine all'assistenza agronomica e tecnica sul campo, fino al raccolto a cui seguono le fasi di lavorazione, confezionamento, stoccaggio e commercializzazione.



La regione in pillole

La storia e la geografia per molto tempo non hanno consentito alla regione di svilupparsi in maniera unitaria: a lungo l'Abruzzo è rimasto un po' al margine dell'evoluzione italiana e fra le regioni più povere. Nei decenni più recenti, invece, ha conosciuto una ripresa economica e sociale notevole, anche perché è un territorio ricchissimo di attrattive naturali e storico-artistiche, come il **Parco Nazionale del Gran Sasso**. L'**Aquila** è il capoluogo di regione.



Gran Sasso



Lo sapevi ... come è nata la valle del FUCINO?

L'**altopiano del Fucino**, situato tra i 650 e i 680 m s.l.m., era in passato un **lago**, che spesso straripava creando non pochi problemi agli agricoltori della zona. I Romani lo scelsero inizialmente come luogo di villeggiatura, ma poi furono proprio loro a iniziare la bonifica. Solo nel 1875 il principe Alessandro Torlonia riuscì a realizzare il totale prosciugamento, ricavando circa 16.000 ettari di terreno nuovamente coltivabili e particolarmente fertili: struttura argillosa delle terre, suoli ricchi di elementi nutritivi, escursione termica nel periodo produttivo. La valle del Fucino è oggi una delle zone economicamente più prospere dell'Abruzzo e la Patata marsicana, tubero dalle tante risorse, un motivo di vanto perché tra le più pregiate d'Italia.



Utilizzare la Scheda Didattica di **ITALIANO** con le esercitazioni.

Inverno nel Lazio: sedano

Il proverbio

"Alla candelora dall'inverno semo fora, ma se piove o tira vento, dell'inverno semo dentro"



"Verde, appassionata della natura, ha deciso di tornare nel Lazio per fare una lunga passeggiata nel famoso giardino di Ninfa. E con l'occasione parliamo di un altro vegetale che viene coltivato nel Lazio... dalle insalate ai pinzimoni, dalle minestre ai piatti di carne. Avete capito a quale ortaggio mi sto riferendo? Ma certo, il sedano!"



Lo sapevi che ...

Già nel 1000 a.C. il sedano era conosciuto e apprezzato per le sue proprietà terapeutiche. Lo stesso Omero nell'Odissea ne menziona il suo impiego come **erba medicinale** e racconta della permanenza di Ulisse presso la ninfa Calipso la quale offriva quotidianamente ad Ulisse piatti a base di sedano, per invogliarlo a rimanere in sua compagnia, sfruttandone le proprietà terapeutiche ed afrodisiache.

Una caratteristica curiosa, ma efficace del sedano: tra i minerali più importanti che si nascondono all'interno della polpa del sedano, troviamo il magnesio. Questo minerale, insieme ai suoi oli essenziali, ci permette di rilassare il sistema nervoso e ottenere un sonno ristoratore.

Sedano

Valori nutrizionali

Contiene **potassio, fosforo, magnesio, calcio, vitamina C, vitamina K** e poichè è composto per circa il 90% da acqua, svolge un'azione **diuretica e depurativa**. Ha pochissime calorie e può offrire quindi un ottimo espediente per dare sapore a salse e sughi senza aumentarne quasi per niente il potere calorico.



SEMINA

La semina deve essere praticata a partire **dal mese di aprile**; è indispensabile la presenza di luce.



COLTIVAZIONE

Bisogna aver cura di irrigarlo **sia con sistemi a pioggia che a goccia**. Inoltre è importante togliere le erbe infestanti, con tecniche ecocompatibili, a mano oppure con prodotti diserbanti controllati, che distruggono le piante infestanti senza rovinare l'ambiente.



RACCOLTA

La raccolta va effettuata a mano nel mese di **novembre**.

Escursione al Giardino di Ninfa

Il **Giardino di Ninfa** è stato realizzato sui ruderi della città medievale di Ninfa, nell'Agro Pontino, vicino a Latina. Dichiarato Monumento Naturale dalla Regione Lazio, il giardino, dato il delicatissimo equilibrio ambientale, si può vedere solo in alcuni giorni dell'anno, ma la bellezza di questo luogo merita assolutamente una visita. Infatti il Giardino di Ninfa si estende per 8 ettari, ospita oltre un migliaio di piante ed è attraversato dal fiume Ninfa nelle cui acque vive la trota macrostigma, localmente conosciuta come trota di Ninfa.



Giardino di Ninfa, Lazio

Primavera in Calabria e nelle Marche: Cipolla di Tropea e piselli

Il proverbio

"Marzo ventoso, frutteto maestoso, marzo molle, gran per le zolle."

In viaggio verso la Calabria



"Finalmente siamo arrivati nell'azienda agricola alla punta del nostro Stivale, in Calabria! Ecco, sta arrivando Eva, l'agronoma che si occupa di un ortaggio che quando lo tagli, a PRIMA VISTA, fa PIANGERE!!! ...vi ho incuriosito? Avete capito di cosa sto parlando? App sta chiacchierando con Eva, un'agronoma davvero in gamba che si prende cura con molta attenzione di tutelare le caratteristiche preziose di una cipolla particolare, rossa e speciale solo della Calabria, che si raccoglie proprio in primavera: la famosa Cipolla di TROPEA. È anche un'appassionata di miti e storie antiche: sarà lei ad accompagnarci a visitare la splendida cittadina di Tropea in questo sereno pomeriggio!"



La **Cipolla Rossa di Tropea**, unica nel suo genere, può nascere solo nelle province di Catanzaro, Cosenza e Vibo Valentia, dove le condizioni naturali e climatiche della zona attribuiscono a questa verdura un colorito rosso e una dolcezza inconfondibile.



Cipolla Rossa di Tropea

Valori nutrizionali

La cipolla contiene molta **acqua** e presenta una discreta quantità di **fruttosio** che, oltre a conferirle una certa dolcezza, le dona una blanda funzione energetica. Contiene **pochissime calorie** ed è ricca di antocianine, sostanze antiossidanti utili per i capelli fragili.



SEMINA

Le cipolle richiedono un terreno sciolto e ben drenante, per questo è fondamentale una buona lavorazione del terreno da effettuarsi i mesi prima della semina. Temono le basse temperature, per questo possono essere seminate in estate nel mese di **agosto**.



COLTIVAZIONE

È importante lavorare la terra in superficie, perché le cipolle abbiano a disposizione gli elementi nutritivi adeguati per svilupparsi bene e ingrossare il bulbo. Le cipolle sono ortaggi poco esigenti in quanto ad acqua, vanno innaffiate solo quando il terreno è completamente secco. Attenzione a non esagerare con l'acqua visto che le radici delle cipolle, piuttosto superficiali, marciscono in caso di ristagno.



RACCOLTA

La raccolta delle cipolle va fatta prima che monti a fiore tra **maggio e giugno**, quando la canna si piega da sola.

Alla scoperta di Tropea

Tropea è un gioiello della Calabria per le sue incantevoli spiagge, le calette e le scogliere ma anche per gli splendidi monumenti. Il suo nome non è sempre stato Tropea: inizialmente si chiamava *Portercole*, come attesta una leggenda per cui fu fondata dal forte Ercole che arrivò lì mentre era alla ricerca del Vello d'Oro con gli Argonauti. Ancora oggi la costa più bella si chiama **COSTA DEGLI DEI**. Grazie alla sua ottima posizione geografica, la cittadina ricoprì un ruolo importante durante il dominio dei Normanni e degli Aragonesi. Ponti levatoi, il bastione delle munizioni, realizzato per combattere le invasioni dei saraceni e di altre popolazioni, resero maestosa l'architettura urbana della città, con mura e torri.





Lo sapevi che ... perché la cipolla fa piangere?

Il meccanismo tramite il quale la cipolla fa lacrimare i nostri occhi è in realtà un **sistema difensivo** dell'ortaggio: quando la cipolla viene tagliata si attiva un enzima, che si chiama **allinasi**. Non è una cosa strana: anche quando ci feriamo noi, si attivano immediatamente degli enzimi difensivi che avviano il processo di riparazione dei tessuti. Nella cipolla questi enzimi si trasformano in una sostanza lacrimogena. Sono composti molto volatili e idrosolubili, cioè hanno la tendenza a sciogliersi in acqua, così quando raggiungono i nostri occhi stimolano la lacrimazione: più piangiamo, più questi enzimi si sciolgono, facendoci produrre nuove lacrime. Per evitare di piangere potremmo usare gli occhiali da SUB!!! Oppure, più facilmente, tagliare la cipolla vicino o sotto l'acqua, così gli enzimi non raggiungono i nostri occhi sciogliendosi nell'acqua. In alternativa si può anche bagnare ogni tanto il coltello con cui le tagliamo.

La regione in pillole

Ma in Calabria non c'è solo Tropea. È una regione viva, bellissima, complessa, affascinante, ricca di storia. Anticamente la regione si chiamava **Brutium** dal nome del popolo dei Bruzi che l'abitava. Dal VII secolo, sotto il dominio bizantino, cominciò a essere chiamata Calabria, nome appartenente in precedenza solo alla Penisola Salentina in Puglia.



Castello Ruffo di Scilla



Porto di Briatico



Primavera nelle Marche



"La Calabria ci ha fatto sognare i miti e le leggende del mare, ora spostandoci verso Nord andiamo alla scoperta delle Marche! Lo sentite anche voi? Anche qui, si respira un'aria fatta di lavoro, leggende e tradizioni. Vi presento un giovane agronomo, Tommy, che ci farà conoscere gli aspetti più "gustosi" che portano dritti al cuore della regione, alla scoperta del lato più rustico e saporito del territorio: quello che lo lega ai suoi legumi. Si tratta di un viaggio dal gusto inaspettato, che ci farà conoscere meglio i gustosi piselli marchigiani."

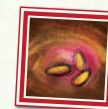


La primavera è la stagione migliore per incontrare più da vicino un ingrediente molto amato nelle Marche: il pisello, una coltura storica per la regione. La regione è leader in Italia per la produzione di questo legume; qui si coltiva, infatti, quasi un quarto dell'intera produzione nazionale, con un raccolto di circa 160mila quintali.

Pisellini

Valori nutrizionali

I piselli vantano un buon contenuto di **proteine, zuccheri, vitamine e sali minerali**, oltre ad essere ricchi di **ferro, fosforo e potassio**.



SEMINA

Il seme del pisello ha bisogno di pochi gradi per nascere (sono sufficienti 7-8 gradi) e una volta nato, resiste ottimamente al freddo (anche dieci gradi sotto zero), ecco perché viene seminato a **gennaio**.



COLTIVAZIONE

Come tutte le leguminose, il pisello va irrigato nel periodo di fioritura, con moderazione e senza creare ristagni idrici. Occorre tener conto che il pisello è una coltura che impoverisce il suolo di calcio. Una volta estirpate le piante, la paglia di pisello è ottima per il compostaggio proprio perché ricca di questa sostanza.



RACCOLTA

Deve essere raccolto quando il baccello è ancora duro e liscio, solitamente a **giugno**. In genere una pianta di pisello dalla semina alla raccolta impiega 90-120 giorni.

La regione in pillole

La regione delle Marche è situata nel Centro Italia; nonostante la poca fama a livello mediatico, custodisce innumerevoli meraviglie naturali e tanti splendidi borghi dall'inestimabile valore storico e culturale: a **Recanati**, per esempio, è nato Leopardi! L'economia marchigiana poggia ancora molto sul settore agricolo ed infatti le bellissime colline della regione sono una distesa ondeggiante di campi coltivati. L'unico promontorio di rilievo è il bellissimo **Conero** nei pressi di Ancona.



Escursione alla scoperta delle ricchezze locali

La regione offre straordinarie ricchezze storico-culturali. **Urbino** per la sua bellezza è stata inserita dall'UNESCO nel patrimonio dell'umanità; ma in generale le cittadine sono tutte ben tenute. Ricordiamo solo S. Ciriaco e il bellissimo duomo di **Ancona**, oppure i castelli, le rocche, le torri, che difendevano i confini (San Leo, Gradara); l'eccezionale numero di piccoli musei (oltre quelli nazionali di Urbino e Ancona), i teatri e le istituzioni, sorprendenti testimonianze della cultura di queste città.



Urbino



Gradara



Duomo di Ancona



Lo sapevi che ... cosa significa il nome della regione Marche?

Fino al Medioevo la regione si chiamava **Piceno**, perché nell'antichità era abitata soprattutto dal popolo dei Piceni, genti bellicose che si ribellarono a Roma. Poi, intorno al Mille mutò il proprio nome in quello attuale, perché fu divisa in diverse marche cioè in contee fornite di presidi di difesa militare. In lingua germanica, infatti, "mark" indicava un territorio periferico con funzione difensiva. Nelle regioni c'erano varie marche: Camerino, Fano, Ancona e Fermo che segnavano i confini meridionali dell'Impero Germanico.

Estate in Liguria e in Puglia: basilico e pomodoro

Il proverbio

"Chi imita la formica nell'estate, non va a chieder pane in prestito all'inverno."



"Dalle Marche spostiamoci in Liguria, dall'est all'ovest di Italia! Chicco sta sperimentando un nuovo piatto giocando con il basilico e ha chiesto a tutti di accompagnarlo a conoscere i contadini liguri che lo coltivano...quello Genovese è così gustoso, aromatico. È davvero SPECIALE!"



Alla scoperta del Basilico Genovese

Il Basilico Genovese è un'eccellenza agroalimentare italiana che esprime il meglio dei profumi e del benessere tipici della dieta mediterranea. Autentico emblema della Liguria, la sua origine è certificata per portare sulla tavola tutto il gusto, il fascino e la tradizione di questa terra.



Si distingue per le sue foglie di dimensione medio-piccola, con forma ovale e convessa, ed il colore verde tenue che le caratterizza. Il profumo è - rispetto ad altri tipi di basilico - particolarmente delicato ed assolutamente privo di quella fragranza di menta spesso riscontrabile in questo frutto della terra quando viene coltivato in altre località.

Valori nutrizionali

È un'ottima fonte di **vitamina C**, oltre che di **calcio**, **ferro** e **acido folico**, infatti, protegge la struttura delle cellule e ha proprietà antibatteriche. Infine il basilico è un'ottima fonte di **vitamina A**: aiuta la pelle e riduce il colesterolo. Inoltre contiene carotenoidi e clorofilla, sostanze protettive per le malattie del cuore. Ricco di magnesio che stimola l'assorbimento di calcio e fosforo ed aiuta la trasmissione nervosa.



SEMINA

Le sementi, piantate a **marzo**, devono avere le caratteristiche di seguito elencate: pianta con altezza da media a molto alta; densità del fogliame classificabile nelle classi di espressione intermedie; forma della foglia ellittica; assenza totale di aroma di menta; aroma intenso e caratteristico.



COLTIVAZIONE

Le produzioni sono realizzabili durante tutto l'arco dell'anno, in pieno campo. La coltivazione può essere svolta tutto l'anno, purché venga assicurata una ventilazione continua 24 ore/giorno.



RACCOLTA

In pieno campo d'estate, generalmente ad **agosto**.

La regione in pillole

Il nome della regione deriva dal popolo dei Liguri, che abitarono questo territorio in epoca preromana; fin d'allora la zona di **Genova** ha rappresentato il più grande porto d'Italia: storia, popolamento, economia dipendono da secoli dal rapporto con il mare, anche se le montagne sono tra le più suggestive d'Italia.



Escursione alla scoperta delle ricchezze locali

L'antico porto di Genova ha mille anni di storia e venti anni di nuova vita. Al **Porto Antico di Genova** ci sono oggi musei, centri culturali, negozi, gallerie commerciali, ristoranti, bar, cinema, centri d'eccellenza dedicati al gusto. D'estate ci troverete una piscina. In inverno una pista di pattinaggio sul ghiaccio. In ogni stagione, l'Acquario, il Bigo, Eataly, la Biosfera, The Space Cinema, il Museo del Genoa, la Biblioteca De Amicis e tanto altro. Per la sua posizione nel centro di Genova, il **Porto Antico** ha uno sfondo che valorizza ogni esperienza. Dalle architetture progettate da Renzo Piano alle prospettive mozzafiato dell'Isola delle Chiatte; dalla monumentale Porta Siberia allo spettacolare teatro all'aperto dell'Arena del Mare. E ancora, dalle palme di Piazzale Mandraccio a Calata Falcone Borsellino. È qui che il Mediterraneo finisce e comincia Genova e viceversa.



Il porto



La Biosfera

E...state in Puglia



"Ragazzi, siete pronti per la nostra ultima escursione? Stiamo entrando in un'azienda per visitare il CAMPO-CATALOGO, ricco di varietà pugliesi di pomodoro...ecco la nostra guida, un amico agronomo davvero smart, che ha saputo trasformare un campo quasi in un "museo" dei pomodori, di cui scopriremo le caratteristiche agronomiche, qualitative e nutrizionali. E poi ci divertiremo a fare la passata di pomodoro per condire la pasta!!! Siete pronti? Chi pensa che in Puglia, d'estate, ci sia solo il mare azzurro, non ha mai visto il bel rosso del pomodoro pugliese! Ecco che arriva App la nerd, cosa ci porta? Ma certo, un bel canestro pieno di pomodori! Sicuramente vorrà condividere con noi le curiosità di cui è venuta a conoscenza. L'ho vista chiacchierare, poco fa, con un agricoltore in quel campo laggiù..."



Pomodoro

Valori nutrizionali

Hanno proprietà antiossidanti, sono ricchi di **vitamina E**, utile contro i dolori alle ossa, **vitamina A e C**, **potassio** e **magnesio**. I pomodori sono un'importante fonte di licopene e la loro cottura con olio di oliva rende questo composto molto più assorbibile.



SEMINA

Il pomodoro va seminato ad **aprile**; il seme germoglia in una settimana circa.



COLTIVAZIONE

Per coltivare con successo le piante di pomodoro bisogna avere alcune accortezze: controllare le erbe infestanti, non far mancare l'acqua con **irrigazioni a goccia** al bisogno e potare correttamente le piante, sfemminellando il pomodoro e cimandolo all'altezza giusta.



RACCOLTA

Si raccoglie in estate, in particolare ad **agosto**. È un ortaggio che viene ben concimato e generalmente lascia una fertilità residua che può essere sfruttata da piante meno esigenti. Dopo il pomodoro si possono coltivare ottimamente leguminose (fave, ceci, piselli, fagioli) anche senza concimazione di fondo, oppure liliacee (aglio o cipolla).

I Pomodori gialli da serbo (cioè, che si possono conservare ovvero “serbare” a lungo) sono tipici della provincia di Lecce. Vengono coltivati in questa zona da quando vennero importati dall’America come piante ornamentali. Da allora hanno mantenuto il loro caratteristico



colore giallo. Hanno una forma tonda, d’oro all’esterno e rosso all’interno: si conservano molto bene grazie alla loro buccia spessa e sono molto usati nelle zuppe di legumi e nei tradizionali piatti locali.

La regione in pillole

Se l’Italia è uno stivale, la Puglia è il tacco e il Promontorio del **Gargano** è lo sperone. Un tacco fin dal passato aperto a tanti contatti anche con il Mediterraneo orientale: la Puglia è da sempre al centro di grandi scambi commerciali e culturali che ne hanno delineato la ricchezza culturale e agricola.



Gargano



Trullo



Puglia



Lo sapevi che ...

Sfemminellatura... È un intervento di potatura che si effettua per creare un equilibrio fra vegetazione e produzione di frutti; consiste nell’eliminazione manuale dei germogli verdi (femminelle), nel momento in cui raggiungono una lunghezza di circa sette centimetri, al fine di far giungere a maturazione in modo più veloce i pomodori.



Lo sapevi che ... in Puglia ci sono i “pomodori appesi”?

Si tratta di un modo tipicamente pugliese di conservare i pomodori, che permette di gustarli anche nei mesi invernali. I **pomodori appesi** vengono anche chiamati con la parola dialettale “la’nzerta”, proveniente dal mondo rurale e che indica uno dei metodi di conservazione più salutarie e versatili, tipico della **cucina mediterranea**. Questi sono pomodori speciali che, una volta raccolti a mano in cassetta, vengono legati con un filo a formare delle ghirlande, le “**nzerte**”, che successivamente sono appese sotto i porticati delle masserie o a soffitto in luoghi asciutti e ben aerati. Vengono utilizzati per la preparazione di piatti tipici della tradizione culinaria contadina, come la semplice “frisedda” condita con olio extravergine.

ATTIVITÀ LUDICO-ESPERIENZIALI

Tra i materiali didattici, troverà 1 **kit di 4 semi** (pisello, spinacio, basilico e pomodoro) e 1 **poster Green Camp**. Tali strumenti, strettamente correlati tra loro, promuovono l’apprendimento significativo e contestualizzato dei temi affrontati durante il percorso didattico.

I SEMI DELL’ORTO DI FIN

Un piccolo terreno (o qualche vaso), un po’ di terra e i semi giusti, possono bastare per dare vita a un’esperienza ludico-didattica stimolante per la Sua classe!

Con l’aiuto della scheda **Orto in classe**, gli alunni e le alunne saranno chiamati a prendersi cura della crescita delle piante, migliorando così le loro capacità di apprendimento e le competenze organizzative.

Ciò costituirà inoltre un importante stimolo nei confronti del rispetto della natura e dei suoi prodotti e potrà risultare un valido strumento per avvicinare i più piccoli al **consumo della verdura**, colonna portante di una sana alimentazione.

IL POSTER GREEN CAMP

Attraverso il poster, gli alunni e le alunne potranno condividere conoscenze e abilità divertendosi!

In esso troverà due sezioni, entrambe riferite ai semi contenuti nel kit didattico.

Attraverso un approccio metodologico didattico “interattivo”, i Suoi alunni e le Sue alunne potranno:

- inserire le corrette informazioni all’interno dell’**Enciclopedia botanica**. Nello specifico, dopo aver effettuato le opportune ricerche, dovranno trascrivere **specie, origine e proprietà nutritive** di ogni seme;
- scegliere e realizzare, con l’aiuto della famiglia, **2 ricette** aventi come ingredienti le **4 verdure** che avranno imparato a conoscere attraverso la realizzazione dell’orto;
- documentare, attraverso dei testi e delle foto, l’impegno che li avrà portati a essere dei **piccoli agronomi**.

Buon divertimento!





Progettazione editoriale: ScuolAttiva Onlus
Testi curati da: Gianna D'Alessio, Docente di Discipline Letterarie, Latino e Greco
Illustrazioni: Marta Cerrini
Grafica e Impaginazione: Annie Christiansen

www.ascuoladifuturo.it

© 2020 ScuolAttiva Cooperativa Sociale Onlus
Terza edizione: ottobre 2020

scuolattiva^{ONLUS®}
EDUCATION FOR THE FUTURE

ScuolAttiva promuove esperienze educative attive e inclusive
per creare una generazione di giovani cittadini responsabili e consapevoli.

Sito web www.scuolattiva.it

 [scuolattiva.progettieducativi](https://www.facebook.com/scuolattiva.progettieducativi)

Stampa Tipografia Facciotti S.r.l