



VALORI AMBIENTALI



3-6



1-10



30-45 minuti



**IL CIBO CHE MANGIAMO:
CUCINIAMO INSIEME**

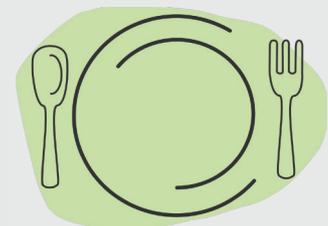


Al termine dell'attività, i bambini saranno in grado di:

- saper sviluppare le proprie abilità motorie;
- saper descrivere le proprie impressioni e condividere le proprie idee con i compagni;
- imparare a gustare cibi nuovi e sconosciuti, anche se non graditi;
- comprendere il valore del cibo.



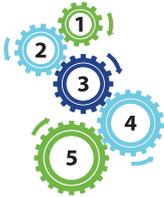
- Alcuni vegetali per preparare una zuppa



- Un po' di piatti e coltelli per far tagliare ai bambini le verdure. Fate attenzione che nessuno si tagli le dita!

- Una pentola per cuocere la zuppa (e un fornello!)





All'inizio dell'attività, dite ai bambini che il cuoco, che di solito prepara il pranzo, è dovuto restare a casa e che oggi devono prepararsi il pranzo da soli.

Portate i bambini in cucina e spiegate i loro ruoli: chi prepara i vegetali, chi mette l'acqua nella pentola, ecc.

Chiedete se conoscono queste verdure e sanno il loro nome, e in che modo possono essere cucinate. Fornite qualche informazione in più, oltre al semplice nome (per esempio: da dove vengono, come sono prodotte, ecc.).

Quindi date a ciascuno dei bambini un tagliere e un coltello. Dopo aver lavato le verdure, i bambini le devono tagliare (a cubetti o in forme simili). Le verdure vengono raccolte in una pentola, che viene poi riempita con acqua e posta sul fuoco. Mentre la zuppa è sul fornello, i bambini possono pulire il loro posto di lavoro e preparare il tavolo per il pranzo (una scodella e un cucchiaino per ciascuno).

Lasciate raffreddare la zuppa prima di servirla. Buon Appetito! Vedrete che i bambini mangeranno questa zuppa con enorme piacere!

Suggerimento

È possibile ripetere questa attività in stagioni diverse, utilizzando le verdure di quel periodo: i bambini si divertiranno molto. È anche possibile formare delle squadre di cuochi che si alternano per preparare il pranzo per tutti!

Tutte le immagini sono tratte da www.pixabay.com sotto licenza CC0

