



# Lasst uns früchten die Olympiade

Ernährungserziehung in einem interdisziplinären Pfad für die Grundschule



# Bla Olymp

## SPRACHUNTERRICHT

- 72 Champion spot video fruit ☆
- 36 Fang es im Flug
- 46 Hockey der Sinne
- 60 Der Erinnerungs-Staffellauf
- 48 Tellerweitwurf
- 62 Maskarate
- 40 Modernes Pentachrom
- 42 Pesigiusti
- 52 Hülsenfrüchte-Sprung
- 56 Snowborg
- 76 Snowborg ☆
- 44 Märchentennis
- 66 Künstlerischer Triathlon
- 64 Ein Bad in den Zitrusfrüchten

## GESCHICHTE

- 72 Champion spot video fruit ☆
- 74 Die Kunst durch Essen ☆
- 60 Der Erinnerungs-Staffellauf
- 62 Maskarate
- 42 Pesigiusti
- 52 Hülsenfrüchte-Sprung
- 56 Snowborg
- 76 Snowborg ☆
- 44 Märchentennis
- 64 Ein Bad in den Zitrusfrüchten

## GEOGRAPHIE

- 72 Champion spot video fruit☆
- 36 Fang es im Flug
- 46 Sinnes-Hockey
- 60 Der Erinnerungs-Staffellauf
- 42 Pesigiusti
- 56 Snowborg
- 76 Snowborg☆
- 44 Märchentennis
- 66 Künstlerischer Triathlon

## WISSENSCHAFTEN

- 72 Champion spot video fruit ☆
- 36 Fang es im Flug
- 58 Frutball und Frutball 2
- 54 Künstlerische GiMastica
- 46 Sinnes-Hockey
- 60 Der Erinnerungs-Staffellauf
- 48 Tellerweitwurf
- 62 Maskarate
- 38 Miro und Rimiro beim Obst
- 50 Miro und Rimiro bei den Farben
- 40 Modernes Pentachrom
- 42 Pesigiusti
- 52 Hülsenfrüchte-Sprung
- 56 Snowborg
- 44 Märchentennis
- 66 Künstlerischer Triathlon
- 64 Ein Bad in den Zitrusfrüchten

## MATHEMATIK

- 58 Frutball und Frutball 2
- 54 Künstlerische GiMastica
- 38 Miro und Rimiro beim Obst
- 50 Miro und Rimiro bei den Farben

## MUSIK

- 72 Champion spot video fruit ☆

## SPORT

- 70 Puzzle Fruit ☆
- 42 Pesigiusti

## KUNST UND BILD

- 72 Champion spot video fruit ☆
- 36 Fang es im Flug
- 58 Frutball und Frutball 2
- 54 Künstlerische GiMastica
- 46 Sinnes-Hockey
- 74 Kunst durch Essen ☆
- 60 Der Erinnerungs-Staffellauf
- 48 Tellerweitwurf
- 62 Maskarate
- 38 Miro und Rimiro beim Obst
- 50 Miro und Rimiro bei den Farben
- 40 Modernes Pentachrom
- 42 Pesigiusti
- 70 Puzzle Fruit☆
- 52 Hülsenfrüchte-Sprung
- 56 Snowborg
- 76 Snowborg ☆
- 44 Märchentennis
- 66 Künstlerischer Triathlon
- 64 Ein Bad in den Zitrusfrüchten

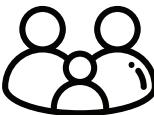
## TECHNOLOGIE

- 72 Champion spot video fruit ☆
- 36 Fang es im Flug
- 58 Frutball und Frutball 2
- 54 Künstlerische GiMastica
- 46 Sinnes-Hockey
- 60 Erinnerungs-Staffellauf
- 48 Tellerweitwurf
- 62 Maskarate
- 38 Miro und Rimiro beim Obst
- 50 Miro und Rimiro bei den Farben
- 40 Modernes Pentachrom
- 42 Pesigiusti
- 52 Hülsenfrüchte-Sprung
- 56 Snowborg
- 76 Snowborg ☆
- 44 Märchentennis
- 66 Künstlerischer Triathlon

## RELIGION

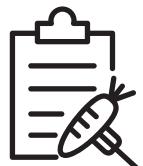
- 52 Hülsenfrüchte-Sprung

# Winter Olympiade



## BETEILIGUNG DER FAMILIE

- 54 Künstlerische GiMastica
- 60 Der Erinnerungs-Staffellauf
- 48 Tellerweitwurf
- 40 Modernes Pentachrom
- 42 Pesigjusti
- 64 Ein Bad in den Zitrusfrüchten



## VERBRAUCHER-TAGEBUCH

- 58 Frutball und Frutball 2
- 38 Miro e Rimiro mit Früchten
- 50 Miro e Rimiro mit Farben



## KREATIVITÄT

- 72 Champion spot video fruit ☆
- 74 Kunst durch Essen ☆
- 70 Obst-Puzzle ☆
- 76 Snowborg ☆

## ENERGIE UND NÄHRSTOFFE

- 58 Frutball und Frutball 2
- 54 Künstlerische GiMastica
- 48 Tellerweitwurf
- 38 Miro und Rimiro beim Obst
- 50 Miro und Rimiro bei den Farben
- 40 Modernes Pentachrom
- 42 Pesigjusti
- 52 Hülsenfrüchte-Sprung
- 66 Künstlerischer Triathlon

## MEDITERRANE ERNÄHRUNG

- 58 Frutball und Frutball 2
- 38 Miro und Rimiro beim Obst
- 50 Miro und Rimiro bei den Farben
- 42 Pesigjusti
- 52 Hülsenfrüchte-Sprung
- 64 Ein Bad in den Zitrusfrüchten

## BIODIVERSITÄT

- 36 Fang es im Flug
- 62 Maskarate
- 52 Hülsenfrüchte-Sprung
- 44 Märchentennis
- 66 Künstlerischer Triathlon
- 64 Ein Bad in den Zitrusfrüchten

## SENSORIALITÄT

- 54 Künstlerische GiMastica
- 46 Sinnes-Hockey
- 48 Tellerweitwurf
- 40 Modernes Pentachrom
- 56 Snowborg
- 64 Ein Bad in den Zitrusfrüchten

## TERRITORIALITÄT UND TYPISCHE PRODUKTE

- 36 Fang es im Flug
- 46 Sinnes-Hockey
- 60 Der Erinnerungs-Staffellauf
- 62 Maskarate
- 42 Pesigjusti
- 56 Snowborg ☆
- 76 Snowborg ☆
- 44 Märchentennis
- 66 Künstlerischer Triathlon

# Legende



Sprachunterricht



Geschichte



Geographie



Mathematik



Wissenschaften



Musik



Kunst und Bild



Sportunterricht



Technologie



Religion



Energie und Nährstoffe



Mediterrane Ernährung



Artenvielfalt



Sensorialität



Territorialität und typische Produkte



Geselligkeit am Tisch



Beteiligung der Familie

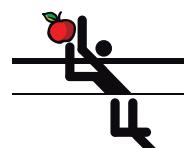


Verbraucher-Tagebuch



Kreativität

# Blätter



coglila al volo



frut ball



frut ball 2



gimastica artistica



Hockey sui sensi



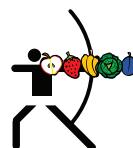
la staffetta dei ricordi



lancio del piatto



masKARATE



miro ai colori



Miro alla frutta



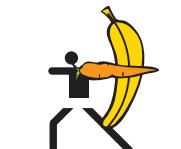
pentachrome



pesigisti



Ri miro ai colori



Ri miro alla frutta



salto ai legumi



snowborg



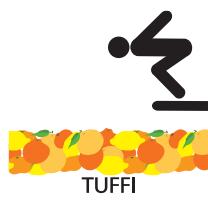
snowborg



tennisfavola



TRIATHLON ARTISTICO



TUFFI



Consiglio per la ricerca in agricoltura  
e l'analisi dell'economia agraria

*Realisierung durch:*

Fabrizia Maccati<sup>1</sup> und Laura Gennaro<sup>1</sup>

*Unter Mitwirkung von:*

Valeria D'Egidio<sup>2</sup>, Francesca Guidi<sup>3</sup>

*Grafischer Entwurf und Realisierung*

Loredana Minervino

*Zeichnungen von*

Paolo Marabotto

*Endfassung*

Francesca Melini

ISBN 9788833850757

1. CREA - Rat für Agrarforschung und Analyse der Agrarwirtschaft - Forschungszentrum für Lebensmittel und Ernährung
2. Abteilung für öffentliche Gesundheit und Infektionskrankheiten - Universität "La Sapienza" von Rom - Praktikantin bei CREA - Lebensmittel und Ernährung
3. Grundschullehrerin

Begleitmaßnahmen zum EU-Schulprogramm für Obst und Gemüse Schuljahr 2018-2019, (D.M. 56978 vom 02/08/2018 Mipaaf). (Übersetzung D.M. 87753 13/12/2019 Mipaaf)

Koordination: Laura Gennaro

Direktor des Zentrums CREA Lebensmittel und Ernährung: Elisabetta Lupotto

Programma di educazione  
alimentare promosso dal  
Ministero delle politiche agricole  
alimentari e forestali in  
cooperazione con





**mipaaf**  
ministero delle politiche  
agricole alimentari e forestali

 FRUTTA E  
VERDURA  
NELLE SCUOLE

 **crea**  
Consiglio per la ricerca in agricoltura  
e l'analisi dell'economia agraria



# Lasst uns *fruchtieren* die Olympiade

Ernährungserziehung in einem interdisziplinären Pfad für die Grundschule



# **Index**

<b>VORWORT</b>	7
<b>EINLEITUNG</b>	8
<b>ANLEITUNG ZUR VERWENDUNG DES BUCHS</b>	10
<b>DISZIPLINARISCHE ZIELE</b>	12
<b>BILDUNGSZIELE</b>	19
<b>LERNEN WIR GEMEINSAM...</b>	21
Energie und Nährstoffe	22
Mediterrane Ernährung	24
Artenvielfalt	26
Sensorialität	28
Territorialität und typische Produkte	30
Geselligkeit am Tisch	32
<b>ABSCHNITT DIDAKTISCHE BLÄTTER</b>	35
Fang es im Flug - Der Apfel: die bezaubernde Komplexität des Lebens	36
Miro und Rimiro beim Obst - Tagebuch des Obst- und Gemüsekonsums	38
Modernes Pentachrom - Die Fantastischen 5: Wir geben unseren Gerichten Farbe	40
Pesigiusti – Die Mediterrane Ernährung	42
Märchentennis - Eine märchenhafte Tafel	44
Sinnes-Hockey- Wir trainieren den "Sinn" von Obst	46
Tellerweitwurf- Erfinde ein neues Obst- und Gemüsegericht	48
Miro und Rimiro bei den Farben - Tagebuch des Obst- und Gemüsekonsums	50
Hülsenfrüchte-Sprung – Nahrhafte Pflanzen für eine nachhaltige Zukunft	52
Künstlerische GiMastica - Der Test der kleinen Köche	54
Snowborg – Slalom der Sinne	56
Frutball Frutball2 – Tagebuch des Obst- und Gemüsekonsums	58
Der Erinnerungs-Staffellauf – Entdecken wir den Geschmack alter und moderner Aromen wieder	60
Maskarate - Saisonabhängigkeit der Produkte, mit viel Phantasie	62
Ein Bad in den Zitrusfrüchten - Der Tisch der "Sinne"	64
Künstlerischer Triathlon - Die Farben eurer Region	66
<b>SONDERBEREICH KREATIVITÄT</b>	69
Puzzle Fruit	70
Champion spot video fruit	72
Kunst durch Essen	74
Snowborg	76
<b>ANHÄNGE</b>	79



# Vorwort

Das von der Europäischen Union geförderte Schulprogramm für Obst und Gemüse, das vom Ministerium für Landwirtschaft, Ernährung, und Forstwirtschaft (Mipaaf) koordiniert und in Zusammenarbeit mit dem Ministerium für Bildung, Universität und Forschung, dem Gesundheitsministerium, Agea, sowie den Regionen und autonomen Provinzen Trient und Bozen durchgeführt wird, zielt darauf ab, den Verzehr von Obst und Gemüse bei Kindern zwischen 6 und 11 Jahren zu fördern.

Das Programm setzt Initiativen um, die darauf abzielen, korrekte Essgewohnheiten bei den Grundschülern zu entwickeln, den Geschmack und das Wissen über frische Gemüseprodukte zu fördern, auch im Hinblick auf ihren Herkunftsland und die Saisonalität, und zwar genau in der Altersgruppe, in der die Kinder beginnen, ihre Essgewohnheiten zu definieren. Die Verteilung von Obst und Gemüse in den Schulen wird auf genaue Angabe der EU von pädagogischen Begleitmaßnahmen (PB) flankiert: Dabei handelt es sich um Aktivitäten, die darauf abzielen, Lehrer und Familien zu unterstützen, um den Kindern die Annäherung an die Welt des Obstes und Gemüses zu erleichtern, einschließlich Informations- und Sensibilisierungskampagnen zu den Themen des Programms.

Seit dem Schuljahr 2014-2015 vertraut Mipaaf die PB des Programms dem Rat für Agrarforschung und Analyse der Agrarwirtschaft (CREA) an, der die wichtigste nationale Forschungseinrichtung mit wissenschaftlicher Expertise in den Bereichen Landwirtschaft, Lebensmittel und Ernährung ist. Das CREA-Forschungszentrum für Lebensmittel und Ernährung in Rom hat eine spezifische Berufung zur menschlichen Ernährung und schließt Programme zur Ernährungserziehung in seine Mission ein. Es garantiert daher die Konzeption, Strukturierung und Verbreitung einer einzigartigen Bildungsbotschaft zu Ernährungsfragen auf nationaler Ebene sowie die Koordination der Entwicklung dieser Maßnahmen unter den verschiedenen Standorten der teilnehmenden CREA-Forschungszentren.

Die Kompetenzen des Sektors waren erfolgreich, um die PB in einer organischen und vollständigen Art und Weise einzurichten, indem Bildungsmaßnahmen mit Bildungsbesuchen und -treffen kombiniert wurden, um das Bewusstsein für das Programm zu erhöhen. Lehrer und Schüler können gemeinsam, oft mit Familien, Informationen über das Programm, die richtige Ernährung, aber auch über das Verhältnis Obst/Pflanze/Boden in der Schule und bei speziellen Veranstaltungen erhalten. Sie sind sowohl physisch - mit Treffen in Schulen (auch zur spezifischen Lehrerausbildung) und praktischen Aktivitäten in Lehrgärten, die Elemente der Maßnahme "Schule vor Ort" charakterisieren - als auch via Web mit der schulübergreifenden Meisterschaft "Olimpiadi della frutta" (Obstolympiade) verbunden. Die Olympiade bietet eine Reihe von pädagogischen Aktivitäten, die gemeinsam in der Klasse und auch mit Hilfe der Familien durchgeführt werden, um spielerisch das Wissen zu vertiefen, das nützlich ist, um die Essgewohnheiten zu verbessern und zu verstehen, wie wichtig es ist, mehr Obst und Gemüse zu konsumieren. Schüler und Lehrer kommentieren diese Aktivität, an der sie mit wunderschönen Werken teilnehmen, die jedes Jahr in einem Fotoband mit dem Titel "Accompagniamo la frutta nelle scuole" (Wir begleiten das Obst in den Schulen) gesammelt werden, mit großer Begeisterung.

Um die der Strukturierung der pädagogischen Aktivitäten gewidmete Arbeit nicht zu verlieren, wurden die Herausforderungen der ersten 5 Jahre der Olympiade in diesem Band gesammelt, der den Lehrern der am Programm teilnehmenden Grundschulen gewidmet ist.

# **Einführung**

Die Ernährung ist einer der wichtigsten Faktoren zur Gewährleistung des Gesundheitsschutzes und der Lebensqualität. Unter den Richtlinien für eine gesunde Ernährung ist einer der wichtigsten Ratsschläge, nie pflanzliche Produkte auf dem Tisch wegzulassen. Es ist hinreichend nachgewiesen, dass Obst und Gemüse grundlegende Bestandteile einer gesunden und ausgewogenen Ernährung sind und vor dem Ausbruch bedeutender chronisch degenerativer Krankheiten wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Krebs schützen. Die Daten über den Verzehr dieser Lebensmittel spiegeln jedoch kein allzu positives Verhalten wider. Das Nationale Überwachungssystem für Gesundheit OKKIO alla Salute des Istituto Superiore di Sanità hebt die Problematik des Verzehrs für das Entwicklungsalter hervor: Unter den Ergebnissen der Umfrage von 2016 wird aufgeführt, dass 20% der Eltern angeben, dass ihre Kinder nicht jeden Tag Obst und/oder Gemüse verzehren. Aber wie kann man Kinder davon überzeugen, ihren Konsum dieser wertvollen Lebensmittel zu steigern oder zumindest neue Lebensmittel zu probieren?

Der Wandel muss neben dem Vorbild in der Familie von Wissens- und Informationsaktionen ausgehen: Auch die Jüngsten können aktive Verbraucher werden, die ihre Lebensqualität durch eine gesunde und angemessene Ernährung steuern können.

Die Ernährungserziehung zielt darauf ab, korrekte und bewusste Verhaltensweisen zu entwickeln, d.h. ihre Empfänger zu einer autonomen Fähigkeit zu

bringen, mit ihrer eigenen Ernährung selbstständig umzugehen, wie auch in den Richtlinien für Ernährungserziehung des MIUR (2015) aufgeführt wird. Die Lehrplanaktivitäten in den Schulen sind eine ausgezeichnete Gelegenheit, über Ernährung und gesunde Lebensweise zu sprechen.

Bereits nach der Ersten Nationalen Konferenz zur Ernährungserziehung (INN 1975) und der Konferenz zur Ernährungserziehung in Europa (Cooperazione dei Consumatori, Bologna 1981) wurden einige Fixpunkte definiert, die die Entwicklung der Ernährungserziehung in Italien in den folgenden Jahren prägen sollten:

- die Notwendigkeit, zwischen "informativem Moment" und "erzieherischem Moment" zu unterscheiden;
- die Bedeutung, die Komplexität des Eßvorgangs (psychologisch, physiologisch, sozial und kulturell) anzuerkennen;
- die Notwendigkeit, die Ernährungserziehung auf organische Weise und unter Einbeziehung der gesamten Bevölkerung anzugehen.

Nicht Vorstellungen über Makronährstoffe, sondern Geschichte, Kultur, Traditionen und Emotionen müssen daher die Grundlage für pädagogische Interventionen sein. Im Falle von Kindern sollte auch berücksichtigt werden, dass sie enorme Macht über ihre Familien haben und dem Einfluss des Marketings ausgesetzt sind. Das macht sie zum Target für die Ernährungserziehung, die jedoch kaum ausschließlich den Lehrern und dem schulischen

Umfeld überlassen werden kann, da die meisten Ernährungsentscheidungen in der Familie von den Familienmitgliedern und ihren Gewohnheiten abhängen. Der Kontakt mit den Familien ist sicherlich wirksamer, wenn die Kinder selbst der Ansprechpartner sind, daher muss die Intervention in diesem Sinne kalibriert werden: mit den Kindern sprechen, um die Familien zu erreichen.

In diesem Zusammenhang hat CREA-Forschungszentrum für Lebensmittel und Ernährung im Rahmen des großen Projekts der Begleitmaßnahmen zum Gemeinschaftsprogramm "Obst und Gemüse in den Schulen" seit 2014 jedes Jahr die Obstolympiade konzipiert und durchgeführt, eine schulübergreifende Meisterschaft auf nationaler Basis, die als multidisziplinärer Bildungsweg in aufeinander folgenden Etappen strukturiert ist. An die an der Olympiade teilnehmenden Klassen wurden im Laufe der Jahre per E-Mail Datenblätter zur Vertiefung geschickt, zusammen mit Spielen, Quizfragen und Arbeiten, die sowohl im Unterricht als auch zu Hause zu erledigen sind, um in diesem großartigen Spiel alle anderen Klassen in Italien herauszufordern.

Die Hauptziele sind die korrekte und direkte Erfahrung des Produkts, auch durch sensorische Annäherung und Kenntnis seiner Herkunft, mit seinen qualitativen und ernährungsphysiologischen Eigenschaften (lokale Produkte und Biodiversität). Aber die Ernährungserziehung kann das Wissen um das Konzept der Ökosystem- und Umweltverträglichkeit und das Verständnis für die Existenz eines

Zusammenhangs zwischen Lebensmittelqualität und Umweltqualität nicht ignorieren. Es ist von grundlegender Bedeutung, dem Kind verständlich zu machen, dass die Umwelt, die es umgibt, und das Gebiet, in dem es lebt, eine Quelle des Wissens und der Erfahrung sind, die es zu respektieren und zu verteidigen gilt. Daher betreffen unter den Aktivitäten der Olympiade - den Hinweisen der Europäischen Union und von Mipaft folgend - einige das Studium der Saisonalität und des Anbaus, von der Pflanze bis zur Frucht, des Bodens, sowie der Aufmerksamkeit auf die ökologische Nachhaltigkeit und die Abfallreduzierung. All dies erfolgt immer durch spielerisch-didaktische Aktivitäten, die die ganze Klasse und oft auch die Familien einbeziehen.

Das Spiel verfügt über alle notwendigen Eigenschaften, um die effektivste und nachhaltigste Art des Lernens zu erreichen. Es handelt sich um eine komplexe und einnehmende Erfahrung, die es den Kindern ermöglicht, sich zu beteiligen, Protagonisten zu sein, auf eine konstante und natürliche Art und Weise durch Tun zu lernen und so ihr Wissen und ihre Fähigkeiten zu erweitern.

Dieser Band will daher ein nützliches Instrument der Ernährungserziehung für Lehrer sein, die diesen heiklen Fragen mit Einfachheit begegnen wollen, mit der Leichtigkeit des Spiels, aber mit der Unterstützung der Richtigkeit der Informationen eines Forschungsinstituts mit einer spezifischen Berufung zum Thema.

# *Anleitung zur Verwendung des Buchs*

Dieser Band ist aus dem Wunsch heraus entstanden, die in diesen fünf Jahren der Obstolympiade gesammelten Erfahrungen in fundierter Weise wiederzugeben, und er möchte Ihnen, den Lehrern, helfen, den Kindern die Ernährungserziehung durch Phantasie, Kreativität und logisches Denken näher zu bringen.

Viele Blätter unterschiedlicher Art zum Überprüfen und Festigen, zum Verbessern von Sprache, Rechnen, Verstehen, Gedächtnis und zum Erlernen der Gruppenarbeit. Eine interdisziplinäre pädagogische Unterstützung, die in der Lage ist, die Aufmerksamkeit der Klasse zu katalysieren und Wissen auf einfache Weise zu vermitteln.

Ausgehend von der Untersuchung der zahlreichen Beiträge, die während der jährlichen Wettbewerbe eingegangen sind, und ihrer zahlreichen Implikationen und Facetten sowie der Sammlung aller Vorschläge, die von den Schulen selbst eingegangen sind, wurden die Blätter der Aktivitäten mit Symbolen versehen. Die Symbole verweisen auf die jeweiligen disziplinären Bereiche, die von Zeit zu Zeit behandelten Themen oder die Möglichkeit der Einbeziehung der Familien in eine umfassendere Sensibilisierungsarbeit.

Alles mit dem Ziel, den Reichtum, die Innovation, die Kreativität, die jede lokale Realität hervorgebracht hat, zu schätzen, zu teilen und in einer Arbeitsmethode für alle zurückzugeben.

Die Wahl des im Unterricht zu behandelnden Blatts kann daher nach unterschiedlichen Kriterien erfolgen:

## DER DISZIPLINÄRE BEREICH



Auf den Seiten "Disziplinäre Ziele" finden Sie Zu-

sammenfassungen und Katalogisierungen nach Disziplinen für alle Ziele, die verfolgt werden können. Die Aktivitäten der Blätter sind immer interdisziplinär, so dass sie leicht eingesetzt werden können, um die Klasse beim Erreichen verschiedener Ziele zu unterstützen.

## DIE THEMATISCHEN SCHWERPUNKTE



"Lasst uns gemeinsam lernen" ist das Kapitel, das den sechs Hauptthemen gewidmet ist, die die pädagogischen Begleitmaßnahmen des Europäischen Programms charakterisieren. Von der richtigen Ernährung bis zur Bedeutung von Boden und Land, von der Nutzung der Sinne bis zur Bedeutung des sozialen und kulturellen Kontextes.

# DIE DIDAKTISCHEN BLÄTTER



In diesem Abschnitt werden, aufgeteilt nach dem Jahr der Erstellung, alle Aktivitäten gesammelt, die während der fünf Jahre durchgeführt wurden, angepasst für den nicht-kompetitiven Gebrauch. Die Blätter geben nützliche Hinweise zur Anfertigung von Karnevalsmasken, Texten einer Schulaufführung, Plakaten, die im Klassenzimmer, auf den Fluren der Schule oder in der Schulkantine aufgehängt werden sollen. Die Arbeiten können auch leicht in Artikel für eine

mögliche Schülerzeitung umgewandelt werden.

## DIE BETEILIGUNG DER FAMILIE

In dem vollen Bewusstsein, dass man die Familie erreichen muss, um den Lebensstil zu ändern, und dass dies am besten durch die Kinder geschieht, wurden einige Aktivitäten auch mit einem Logo gekennzeichnet, das auf die Möglichkeit hinweist, "mit Hilfe von zu Hause" zu arbeiten, z.B. mit Interviews oder Gerichten, um gemeinsam zu erfinden, zu kochen und zu probieren.

## DAS VERBRAUCHER-TAGEBUCH

Der wichtigste Schlüssel zur Steigerung des Obst- und Gemüsegenusses von Kindern ist die Kenntnis der verschiedenen Produkte, einschließlich der sensorischen Eigenschaften. Aber nicht nur. Probieren (oder vielmehr vollständiges Essen) mit dem Ziel, das Niveau der Klasse in den täglichen oder wö-

chentlichen Mengen an Obst und Gemüse hoch zu halten, kann sich als ein weiterer Hebel erweisen, ein weiterer kleiner Schritt zur Änderung des Essverhaltens. Die Klasse kann sich selbst zu immer virtuoseren Verhaltensweisen herausfordern oder einen Wettbewerb, zum Beispiel mit einer Parallelklasse, etablieren. Aus diesem Grund gibt es für jedes Blatt/Tagebuch ein Duplikat (Miro und Rimiro, Frutball 1 und 2).

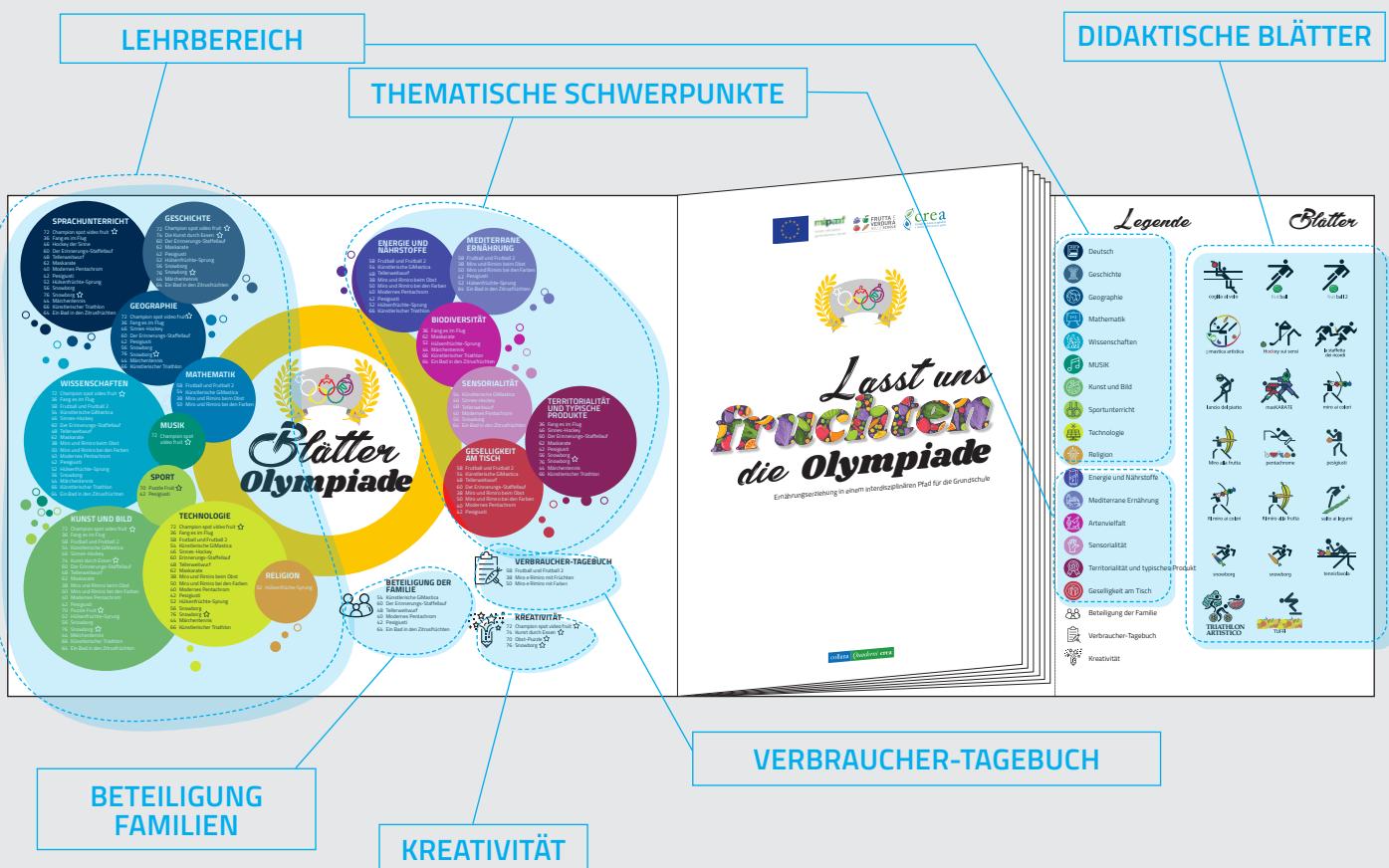
Um die Verbesserung des Verhaltens zu überprüfen, sollte das Tagebuch zweimal eingesammelt werden, zum Beispiel zu Beginn und am Ende des Schuljahres oder vor und nach den Ferien.



## DIE KREATIVITÄT

In dem Kreativitätsabschnitt werden die Aktivitäten der jährlichen Meisterschaften gesammelt, die mit dem Ziel entwickelt wurden, die Kreativität der Kinder freizusetzen. Weniger "wissenschaftlich", aber ebenso interessant und vor allem lustig.

All dies ist im Index des ersten Bandes (die Innenseite des ersten Deckblattes) zusammengefasst, während im zweiten Band (die Innenseite des letzten Umschlags) die Legende der Logos der einzelnen Blätter und insbesondere der Symbole zu finden ist.



# Lehrziele

## LEHRZIELE

## AKTIVITÄTEN



den Wortschatz erweitern



Schreiben unter Beachtung der wichtigsten Rechtschreibregeln und angemessene Verwendung der wichtigsten Satzzeichen



die Beziehungen zwischen Wörtern in Bezug auf Bedeutungen und die bildliche Bedeutung von Wörtern verstehen



eine erste Fähigkeit zur Synthese entwickeln, um ein Konzept auszudrücken



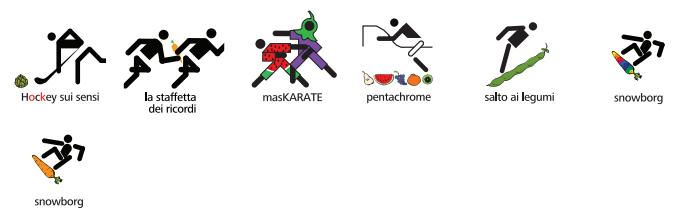
Formulierung präziser und sachdienlicher Fragen zur Erklärung und Vertiefung während oder nach dem Zuhören



eine Rede über ein Thema organisieren und dabei die chronologische und logische Reihenfolge beachten, indem die entsprechenden beschreibenden und informativen Elemente eingefügt werden



Suche nach Informationen in Texten unterschiedlicher Art und Herkunft für praktische oder kognitive Zwecke, Anwendung von Techniken zur Unterstützung des Verständnisses



## LEHRZIELE

## AKTIVITÄTEN

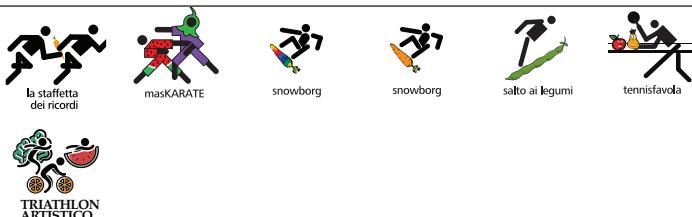
Texte überarbeiten und neu schreiben, auch mit Textverarbeitungsprogrammen



das Verfassen einfacher Texte oder das Organisieren einfacher regulatorischer Exposés oder schematischer Texte und Projekte für die Durchführung von Aktivitäten (Regeln, Rezepte usw.)



Arbeit an den verschiedenen Phasen der Texterstellung: Konzeption, Planung, Erstentwurf, Überarbeitung, Selbstkorrektur



Champion spot video fruit

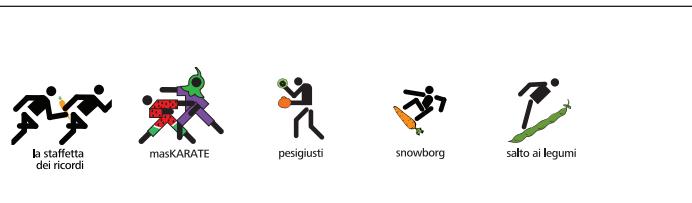
Kunst durch Essen

aus verschiedenen Quellen Informationen und Wissen über Aspekte der Vergangenheit erhalten



TUFFI

Analyse der Mensch-Umwelt-Beziehung zu verschiedenen Zeitpunkten



Beziehungen der Abfolge, Gleichzeitigkeit, Dauer, Perioden, Veränderungen, in gelebten und erzählten Phänomenen und Erfahrungen erkennen

das erworbene Wissen in einfachen zeitlichen und konzeptionellen Schemata organisieren



Champion spot video fruit

die Informationen nach einem Thema auswählen und organisieren



Champion spot video fruit

das erlernte Wissen und die erlernten Konzepte unter Verwendung spezifischer Begriffe des Fachgebiets, auch unter Verwendung digitaler Ressourcen, kohärent offen legen



SPRACHUNTERRICHT



GESCHICHTE

## LEHRZIELE

## AKTIVITÄTEN



Informationen aus einer Vielzahl von Quellen erhalten



das Konzept der geographischen Region und die verschiedenen Elemente erwerben, die die wichtigsten italienischen Landschaften charakterisieren



## GEOGRAPHIE

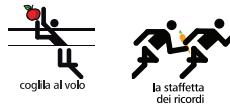
verstehen, dass das Territorium ein vom Menschen organisierter und veränderter Raum ist



das Umwelt-, Natur- und Kulturerbe seines Territoriums kennen und aufwerten



die Faktoren kennen, die das Klima und seine Auswirkungen auf die Umwelt beeinflussen



Daten sammeln, analysieren und mit Diagrammen, Grafiken, Histogrammen usw. darstellen



## MATHEMATIK

über die Kriterien argumentieren, die zur Bildung von Gruppierungen verwendet werden



das Konzept der Fraktion und die Arten von Brüchen kennen



Häufigkeit, Mode und arithmetische Mediennotationen verwenden



## LEHRZIELE

## AKTIVITÄTEN

den eigenen Körper als komplexen Organismus beobachten und ihm Aufmerksamkeit schenken



sich aus ernährungswissenschaftlicher Sicht um die eigene Gesundheit kümmern



einige jahreszeitliche Transformationen erkennen, die in der Umwelt stattgefunden haben



die Sinnesorgane erkennen und Sinneswahrnehmungen zu benennen wissen



lernen, einen Teil einer nahegelegenen Umgebung oder ein natürliches Element mit geeigneten Werkzeugen oder mit dem bloßen Auge zu beobachten



erkennen, auch durch kleine Bauernhöfe oder Kultivierungen, dass das Leben eines Organismus mit anderen Lebensformen zusammenhängt



Champion spot video fruit

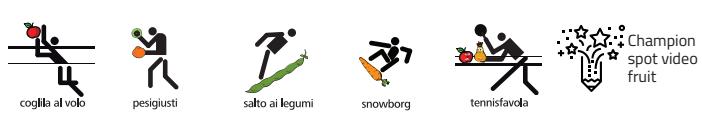
Beobachtung und Interpretation natürlicher und vom Menschen verursachter Umweltveränderungen



Ähnlichkeiten und Unterschiede in den Entwicklungswegen pflanzlicher Organismen identifizieren



die Beziehungen zwischen den verschiedenen Elementen des Ökosystems erfassen



WISSENSCHAFTEN

## LEHRZIELE

## AKTIVITÄTEN



MUSIK

Stimme, Instrumente und neue Technologien in kreativer und bewusster Weise nutzen und dabei allmählich die Fähigkeit zur klangmusikalischen Erfindung und Improvisation erweitern



die expressiven und strukturellen Aspekte eines Musikstücks erfassen und sie mit Wort und motorischer Aktion übersetzen



KUNST UND BILD

Farben unterscheiden und sie verwenden, um eine Kategorie zu bezeichnen oder einen Begriff auszudrücken



Bilder und Materialien auf der Suche nach originellen figurativen Lösungen transformieren



grafische Bilder beobachten und analysieren



verschiedene Materialien, Techniken und Verfahren zur Darstellung der Wirklichkeit und bei der Produktion ausdrucksstarker und kommunikativer persönlicher und authentischer Botschaften verwenden



in einem Kunstwerk die wesentlichen Elemente von Form, Sprache, Technik und Stil identifizieren, um seine Botschaft und Funktion zu verstehen



## LEHRZIELE

## AKTIVITÄTEN

sensorische Fähigkeiten entwickeln und den eigenen Körper als Ganzes und in einzelnen Segmenten erkennen



die Ausführung der Bewegung im Verhältnis zum Raum variieren



wissen, wie man seine Bewegung im Raum in Bezug auf sich selbst, andere und Gegenstände organisiert



Verwendung in einer originellen und kreativen Form Ausdrucks- und körperlichen Ausdrucksweisen



Daten aus einer Beobachtung oder Erfahrung durch Diagramme darstellen, die auch in einem digitalen Diagramm gesammelt werden



einfache Verfahren für die Auswahl und Zubereitung von Lebensmitteln anwenden



transformative Objekte und Prozesse im Hinblick auf ihre Auswirkungen auf die Umwelt untersuchen



den PC verwenden: Textverarbeitungs- und Grafikanwendungen



den Einsatz von IT-Tools (Power Point, Videoproduktion usw.) vertiefen und erweitern



ein Objekt erstellen, das den Ablauf der Operationen beschreibt und dokumentiert



SPORTUNTERRICHT



TECHNOLOGIE



RELIGION

die ökologischen und kulturellen  
Merkmale kennen, in denen das  
Christentum entstanden ist und sich  
entwickelt hat



# **Bildungsziele**

BILDUNGSZIELE

AKTIVITÄTEN

die Zusammenarbeit der Familie und die  
Unterstützung des Kindes bei schulischen  
Aktivitäten fördern



gimnastica artistica



la staffetta  
dei ricordi



lancio del piatto



pentachrome



pesi giusti



TUFFI



BETEILIGUNG DER FAMILIE

das Bewusstsein schärfen und  
Änderungen der Gewohnheiten anregen



frutball



Miro alla frutta



miro ai colori



VERBRAUCHER-TAGEBUCH





# Lasst uns zusammen lernen...

Energie und Nährstoffe

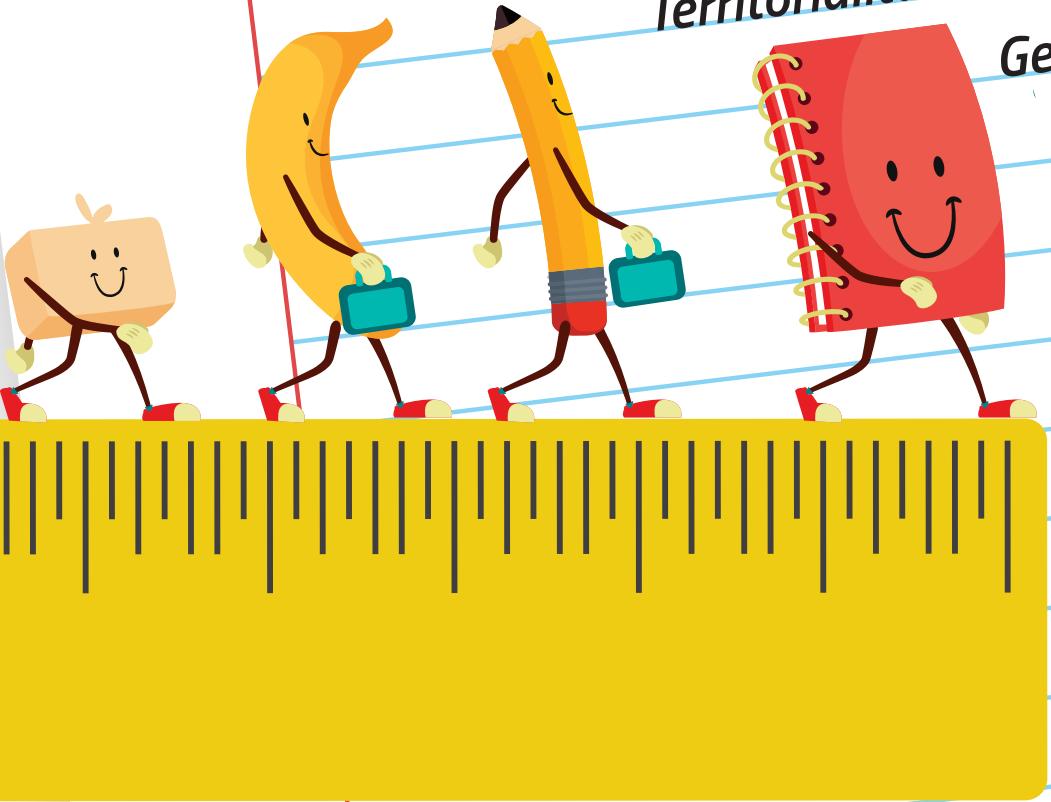
Mediterrane Ernährung

Artenvielfalt

Sensorialität

Territorialität und typische Produkte

Geselligkeit am Tisch





# Energie und Nährstoffe



frut ball



gimastica artistica



lancio del piatto



Miro alla frutta



miro ai colori



pentachrome



pesigjusti



salto ai legumi



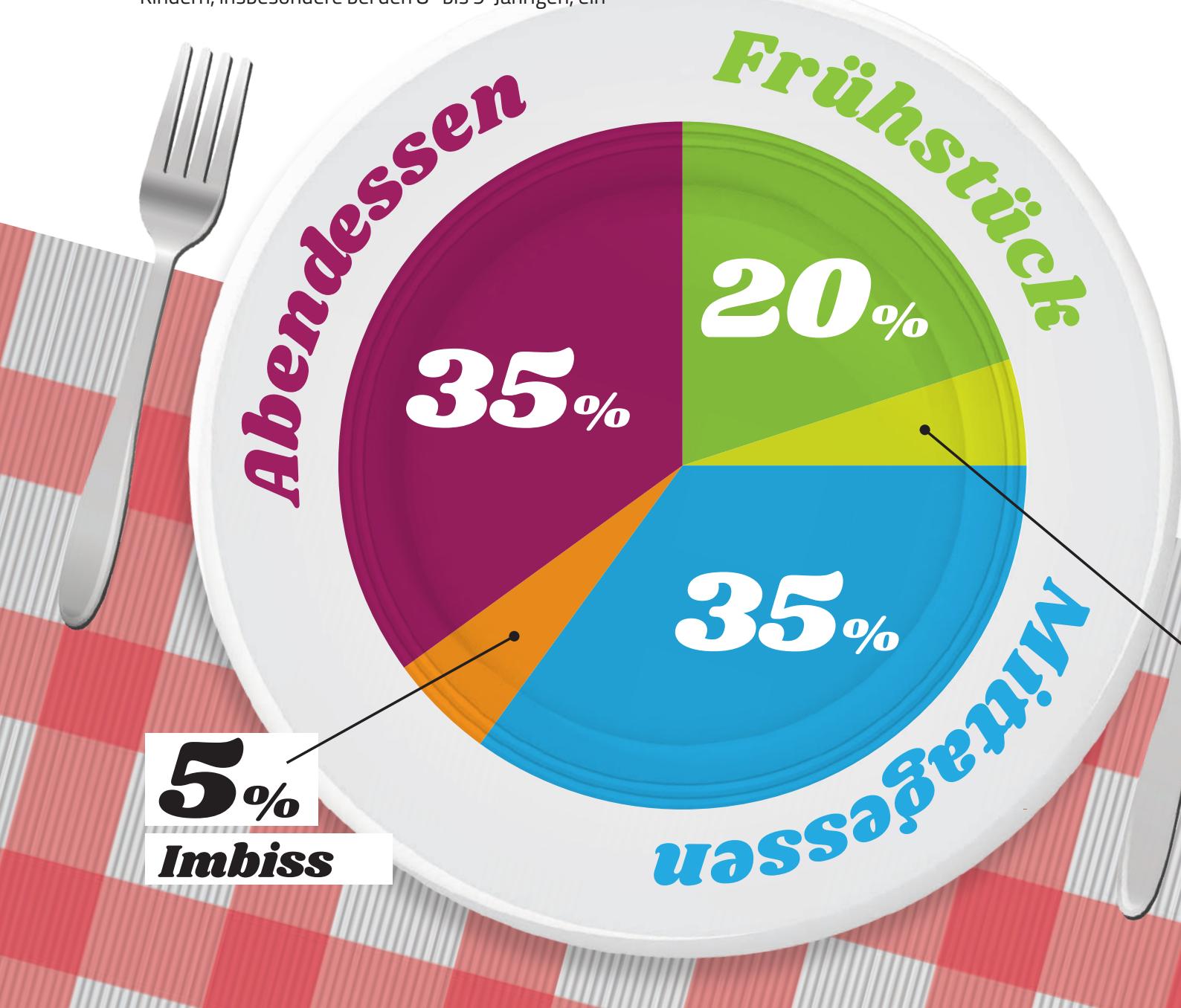
TRIATHLON ARTISTICO

Aufgrund des fortschreitenden Wandels des Lebensstils und der Arbeitsrhythmen vollziehen sich tiefgreifende Veränderungen in den Essgewohnheiten der Familien: Wir sind Zeugen der Ausbreitung einer unausgewogenen Ernährung mit einer übermäßigen Aufnahme von Kalorien, tierischem Eiweiß, Einfachzucker, gesättigten Fetten und Salz.

Die vom Gesundheitsministerium geförderte periodische Erhebung "**Okkio alla salute**" zeigt uns bei Kindern, insbesondere bei den 8- bis 9-Jährigen, ein

Bild einer übermäßig sitzenden Lebensweise, aber auch des fehlenden oder unzureichenden Frühstücks und des sehr geringen Verzehrs von Obst und Gemüse.

Im Allgemeinen halten die in jungen Jahren erworbene Essgewohnheiten mit der Zeit an, daher ist es wichtig, den Kindern von klein auf beizubringen, wie sie das Beste aus den verfügbaren Lebensmitteln herausholen können.





## REGELN

Es gibt nicht viele Regeln zu lernen

### **Obst und Gemüse**

Viel Obst und Gemüse, das nicht nur zu den Hauptmahlzeiten (beide müssen immer vorhanden sein), sondern auch zum Frühstück oder zu den Snacks am Vormittag und am Nachmittag hinzugefügt wird: 5 Portionen pro Tag ist wirklich das Minimum, und es ist nicht schwierig.

### **5 Farben**

Eine abwechslungsreiche Ernährung, die auch dank der **5 Farben des Obstes und Gemüses** möglich ist, die auch unerwartete Gerichte mit Fröhlichkeit einfärben können, möglichst bunt zu komponieren.

### **Frühstück**

Ein **ausgewogenes Frühstück**, um eine Verminderung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit während des Vormittags zu vermeiden: Es sollte nahrhaft sein (etwa **20% der gesamten täglichen Kalorien**) und auch den Verzehr von Obst beinhalten. Es muss nicht süß sein, wenn wir morgens lieber salzig essen!

### **Süßigkeiten und Zucker**

Wenig Süßigkeiten und zuckerhaltige Getränke, weil wir zu viel Zucker konsumieren, was das Risiko für bestimmte Krankheiten erhöht. Das Dessert ist eine Gewohnheit, und vor allem, je mehr man es isst, desto mehr will man es haben: Es wird leichter sein, den Süßigkeitenkonsum allmählich zu reduzieren, und wir werden unserer Gesundheit ein wertvolles Geschenk machen. Wenn wir es wirklich jeden Tag wollen, lassen wir etwas Süßes im Frühstück: Das Erwachen wird angenehmer sein.

### **Snack + Imbiss**

Die **Snacks am Vormittag und am Nachmittag** müssen klein sein: **eine Frucht** ist ideal, aber wir können sie abwechselnd mit **einem Joghurt** oder einem **kleinen Sandwich** (der Buffet-Knopf) oder **3-4 Keksen servieren**.

### **Mittagessen + Abendessen**

**Mittag- und Abendessen** müssen den **größten Teil des Energie- und Nährstoffbedarfs** decken, daher ist es wichtig, dass es sich um vollwertige Mahlzeiten mit allen Nährstoffen handelt. In der Lage zu sein, die Abendessen ausgewogen zu planen und dabei die Mahlzeiten in der Kantine oder außer Haus in Betracht zu ziehen, ist eine große Herausforderung, aber es ist nicht sehr kompliziert....

**5%**

**Snack**

OBST UND GEMÜSE  
JEDEN TAG:  
**ISS MINDESTENS  
5 PORTIONEN!**



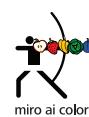
# Mediterrane Ernährung



frut ball



Miro alla frutta



miro ai colori



pesigiusti



salto ai legumi



TUFFI

Seit 2010 ist die **mediterrane Ernährung** in die **UNESCO-Liste des immateriellen Kulturerbes der Menschheit** eingetragen. Der häufige Fehler, der seitdem oft wiederholt wurde, ist, dass man bestimmte Lebensmittel finden will, um sie zu charakterisieren. In Wirklichkeit ist ihr Ursprung sehr einfach: Die Bevölkerung des Mittelmeerraums bestand in der Vergangenheit hauptsächlich Bauern oder Fischer, die, um zu überleben, die von ihnen angebauten Produkte oder den Erlös aus dem Fischfang verwendeten, und nur selten kleine Mengen Fleisch von Tieren, die in ihren eigenen Höfen gezüchtet wurden.

SIE IST ein immaterielles kulturelles Erbe, eben weil sie nicht mit dem einen oder anderen Lebensmittel verbunden ist.

Die klimatischen und geographischen Bedingungen, die für die Landwirtschaft und die Fischerei in allen Mittelmeeranrainerstaaten günstig sind, hat daher die Entstehung dessen bestimmt, was in den 50er Jahren von Ancel Keys als die **mediterrane Ernährung** definiert wurde: ein Modell nicht nur der Ernährung, sondern auch des Lebens, geboren aus den Traditionen von Italienern, Griechen, Spaniern, Ägyptern, Libyern usw., angereichert mit Variatio-

nen, die mit ihren lokalen Ursprüngen zusammenhängen. Um genau zu sein, wurden ähnliche Merkmale auch in Japan gefunden, aber sicherlich hatte die Idee des Mittelmeers mehr Glück, auch weil der Keys selbst sich in eine Ortschaft des Cilento zurückgezogen hat.

Die mediterrane Ernährung ist gekennzeichnet durch eine regelmäßige Einnahme von Obst und Gemüse, oft Vollkornprodukte, eine reichliche Einnahme von Fisch (besonders von Fettfisch, der im Mittelmeer reichlich vorhanden ist), eine regelmäßige Einnahme von Hülsenfrüchten, sowohl frisch (während der Erntezeit) als auch trocken (im Winter), und eine seltene Einnahme von Fleisch.





# Mediterrane Ernährung

Milch und Joghurt jeden Tag und als Dressing, in Italien, aber auch in Spanien, Griechenland oder Nordafrika, Olivenöl: das meistverwendete Dressing, weil Olivenbäume überall im Mittelmeerraum wachsen. Die körperliche Betätigung, die notwendig ist, um sich zu ernähren, ist ein Muss: Arbeit auf dem Feld, im Gemüsegarten oder dem Fischfang. Eine auf diese Weise zusammengesetzte Ernährung entspricht den aktuellen **Ernährungsempfehlungen**, die vorsehen, dass etwa **45-60% der Energie aus Kohlenhydraten, etwa 20-35% aus Fetten und zwischen 12 und 18% aus Eiweiß stammen**.

In den 1960er- und 1970er-Jahren nahm inmitten eines wirtschaftlichen Aufschwungs jedoch der Konsum von Fetten und Süßigkeiten allmählich zu,

und das Niveau der körperlichen Aktivität brach ein, insbesondere bei Kindern und Jugendlichen, deren Lebensweise zunehmend sesshaft wurde.

Der Verzehr von Obst und Gemüse, die wegen ihres Wasser- und Ballaststoffgehalts (die zum Sättigungsgefühl beitragen) sowie wegen ihrer Vitamine und Mineralstoffe so wichtig sind, ist daher gering. Auch Fisch wird nur sehr wenig gegessen, und Hülsenfrüchte fehlen auf den Tischen unserer Kinder deutlich, während Fleisch allgegenwärtig ist. Wenn nur 2 Portionen Fleisch pro Woche durch 2 Portionen Hülsenfrüchte ersetzt würden, kämen wir den Empfehlungen viel näher. Schließlich wird die Bewegung auf einige Stunden in den Turnhallen reduziert und man verliert die Gewohnheit, im Freien zu spielen und sich spontan und spielerisch körperlich zu betätigen.

Die typische Darstellung der mediterranen Ernährung ist ein Triumph von Nudelgerichten, Brot, Wein und vielem mehr: eine deutliche Abweichung von der Genügsamkeit, die sie charakterisiert hat. ES

IST gut, sich daran zu erinnern, dass die mediterrane Diät eine arme und einfache Ernährung mit hauptsächlich pflanzlichen Produkten mit einem Lebensstil verbindet, der auf Bewegung und körperlicher Aktivität basiert.





# Artenvielfalt



Unter **Artenvielfalt** versteht man die Gesamtsumme aller Arten von Lebensformen auf der Erde. Sie umfasst die vielen Tier- und Pflanzenarten und anderen Lebensformen sowie die innerhalb der einzelnen Arten vorhandenen Varietäten. Insbesondere die Vielfalt der in einem Ökosystem vorhandenen Pflanzen-, Tier- und Mikroorganismusarten (ökologische Vielfalt) oder die genetische Variabilität einer Art (genetische Vielfalt).

Wenn wir von Pflanzen sprechen, können wir sagen, dass jede Art unter bestimmten Umwelt- und Bodenbedingungen wächst; aus diesem Grund können Pflanzen derselben Art, die an verschiedenen Orten und auf verschiedenen Böden wachsen, unterschiedliche Eigenschaften haben und nicht nur unsere Nahrung, sondern vor allem unsere Traditionen bereichern. Italien weist in der Tat die größte Vielfalt an Bodenarten und -bedeckung und die größte Biodiversität von Böden aller europäischen und mediterranen Länder auf.

Die Rate der Artenvielfalt ist in den letzten Jahren weltweit dramatisch zurückgegangen, was auf den Ersatz einheimischer Sorten durch Sorten zurückzuführen ist, die so ausgewählt wurden, dass sie sich besser für höhere Erträge eignen. Die Erhaltung der biologischen Vielfalt ist jedoch wichtig, um die Unterschiede zwischen den Arten und das empfindliche Gleichgewicht zwischen ihnen zu erhalten. Darüber hinaus ermöglicht dies die Reaktion auf unvorhergesehene und nachteilige Ereignisse wie Klimawandel, hydrogeologische Instabilität, Überbeanspruchung, nicht nachhaltige Nutzung natürlicher Ressourcen, Umweltverschmutzung usw.

Ein Ereignis unvorhergesehener Dürre, Frost oder Hagel oder beispielsweise der Befall durch einen neuen Parasiten, der zum Verlust einer Sorte führt, kann nur diese eine Sorte betreffen, ohne die an-

deren Sorten derselben Art zu beeinträchtigen und so die Produktion zu erhalten. Durch den Erhalt schaffen wir ein Reservoir potenziell nützlichen genetischen Materials, das im Bedarfsfall als neue Resistenzquellen erforscht werden kann. Je größer die Biodiversität (z.B. in Bezug auf die Anzahl der lebenden Arten), desto schneller kann auf negative Ereignisse reagiert und das bedrohte Gleichgewicht wiederhergestellt werden.

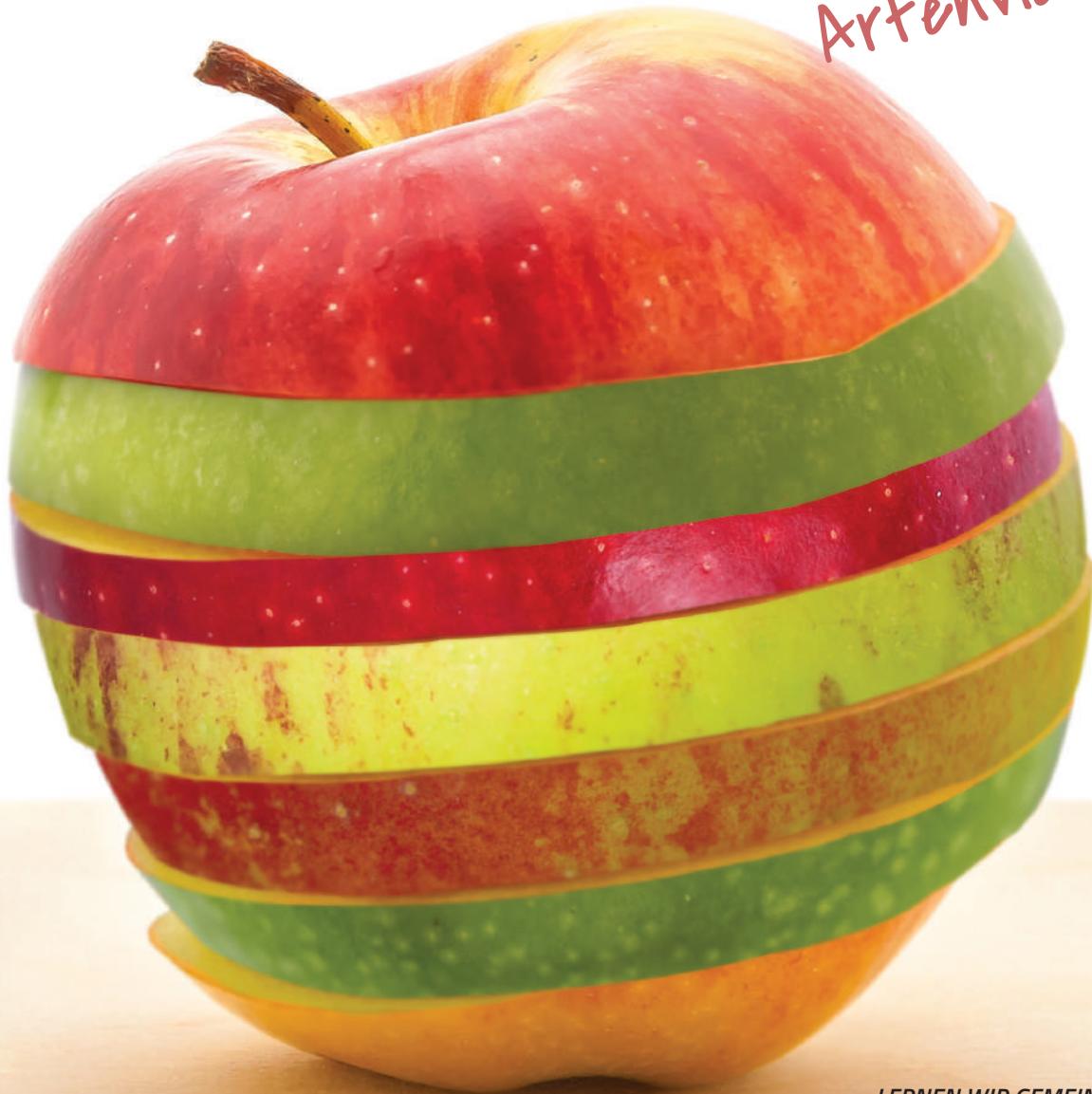
Der Schutz der biologischen Vielfalt wird im Rahmen der Dynamik, die darauf abzielt, den menschlichen Aktivitäten eine immer größere Nachhaltigkeit zu verleihen, immer wichtiger. Mit diesem Ziel ist die Wiederherstellung und Erhaltung alter Sorten und Ökotypen zusammen mit den Traditionen, die ihre Nutzung und Erhaltung ermöglichen, von grundlegender Bedeutung.

Die Agrar- und Lebensmittelprodukte sind in der Tat die Erinnerung und der Reichtum eines jeden Territoriums, ein Erbe an Traditionen, Gesten, Kulten und Zivilisationen, das nicht verloren gehen darf.





# Artenvielfalt





# Sensorialität



gimastica artistica



Hockey sui sensi



lancio del piatto



pentachrome



snowborg



TUFFI

Sensorische Eigenschaften sind Unterscheidungsmerkmale eines Produkts, die wir als Empfindungen wahrnehmen. Sie sind die Reaktion und Kodierung der Reize, die auf unsere Sinnesorgane wirken. Auf der Grundlage dieser Gefühle treffen wir ein Qualitätsurteil über Lebensmittel: Wir geben eine Präferenz, wir drücken eine Vorliebe aus, wir treffen eine Lebensmittelauswahl. Wenn wir essen, denken wir, dass das Vergnügen und all die anderen Empfindungen, die mit Lebensmitteln verbunden sind, nur auf den Geschmack zurückzuführen sind und dass dies der wichtigste Sinn ist: dem ist nicht so. Tatsächlich tragen alle fünf Sinne (Sehen, Hören, Tasten, Schmecken und Riechen) zur Wahrnehmung von Lebensmitteln und deren Bewertung bei.

Wir mögen ein Lebensmittel nicht nur wegen unserer Empfindungen, wenn wir es in den Mund nehmen, sondern auch wegen des Aromas, das es verströmt (z.B. gebratenes Essen, Fleischsauce oder einen gebackenen Apfelkuchen) oder wegen

des Geräusches, das es macht (z.B. das zischen-de Geräusch der Espressomaschine oder das Geräusch beim Biss in einen knackigen Apfel). Darüber hinaus gibt es chemische Wahrnehmungen, die nicht die Rezeptoren des Geschmacks und Geruchs betreffen, wie z.B. scharf, würzig, erfrischend: die so genannten chemästhetischen Empfindungen. Schließlich kooperieren die taktilen Rezeptoren im Mund und auf der Zunge untrennbar mit denen des Geschmacks und Geruchs für die Erkennung von Lebensmitteln und für das Verständnis der Schmackhaftigkeit.

Eine große Vielfalt an Nahrungsmitteln auf den Tisch zu bringen, vor allem zu Hause, sie als potentielle Quelle des Genusses zu präsentieren, einschließlich tausend Reizen, hilft, Konsumbarrieren zu überwinden, insbesondere bei Obst und Gemüse: Saisonale Produkte bieten in diesem Fall intensive Sinneserfahrungen.

STELLEN WIR UNS VOR, EINE FRUCHT KOSTEN ZU WOLLEN, DURCH DIE

5 SINNE  
sehen

Beginnen wir mit dem **Sehvermögen**: Es ist der unmittelbarste Sinn, über den wir Informationen aus der Umwelt erhalten: Indem wir die Farbe, Form und Größe der Frucht beobachten, können wir verstehen, ob sie reif, saftig und süß ist, oder uns zumindest vorstellen, wie sie sein könnte. Das Sehvermögen ist der wertvollste Verbündete für eine abwechslungsreiche Ernährung, die im pflanzlichen Bereich durch die Möglichkeit erleichtert wird, zwischen den 5 Farben des Wohlbefindens zu wählen: weiß, blau-violett, rot, grün, gelb-orange.

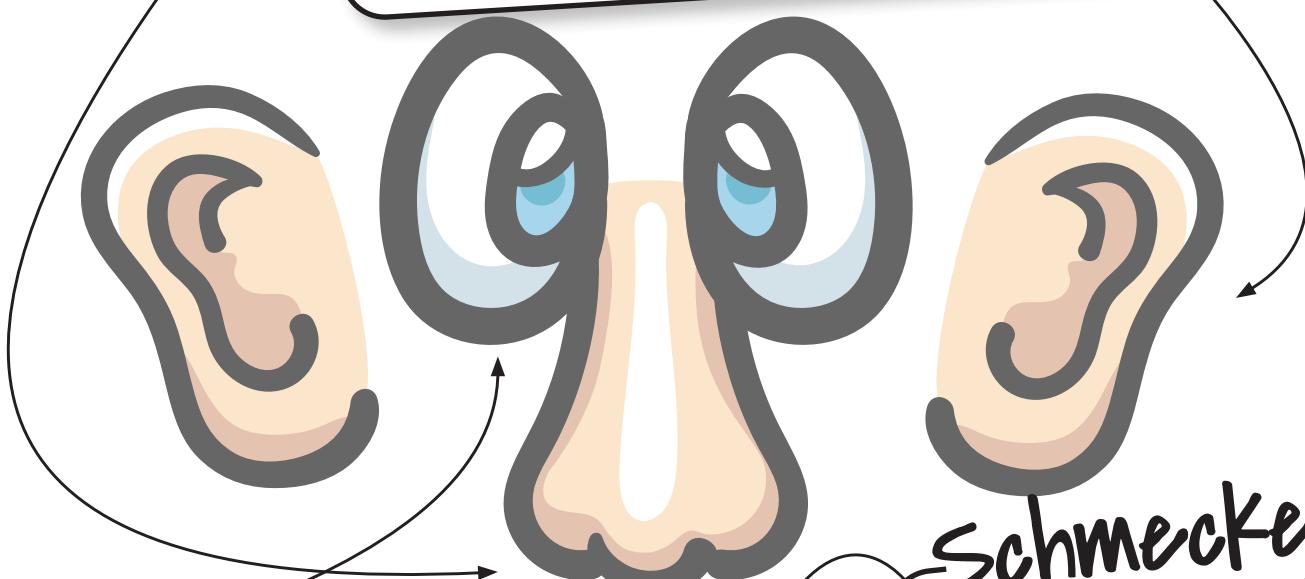


# Riechen

Bringen wir nun diese Frucht zur Nase: Der **Geruchssinn** ist die sensorische Erfahrung, die durch die Stimulation der Rezeptoren im Riechepithel erzeugt wird, mit einer Wahrnehmung, die entweder orthonasal (vor der Nase, der "Duft") oder retronasal (das "Aroma") sein kann. Auch der Geruchssinn wird wie der Geschmack eher durch chemische Energie als durch physikalische Energie stimuliert, aber im Gegensatz zu letzterem, der einige Aromen kodifiziert, erlaubt uns der Geruchssinn, zwischen Tausenden von verschiedenen Gerüchen zu unterscheiden.

# Hören

Mit unserem **Gehör** können wir die Konsistenz eines Lebensmittels schon vor dem Kauen erkennen, wenn wir dem Geräusch des ersten Bissens lauschen, aber alle Geräusche tragen im Allgemeinen dazu bei, den Geschmack anzuregen (z.B. das Zischen eines Bratens) oder uns von dem, was wir essen, abzulenken (das Summen eines überfüllten Raumes).



# Schmecken

Schließlich spielt der **Geschmack**, d.h. die Gesamtheit der Empfindungen, die beim Verkosten eines Lebensmittels im Mund wahrgenommen werden, eine grundlegende Rolle bei der Wahl des Lebensmittels: Wir spüren den Geschmack und entscheiden, ob wir es mögen oder nicht, wenn das Lebensmittel in den Mund eingeführt und gekaut wird. Gustatorische Reizrezeptoren befinden sich auf der Oberseite der Zunge, in der Gaumenschleimhaut, im Rachenraum und im Kehldeckel. Fünf Grundgeschmacksrichtungen sind inzwischen anerkannt: sauer, salzig, süß und bitter und Umami, aber seit kurzem erkennt die wissenschaftliche Gemeinschaft auch andere Geschmacksrichtungen an, wie z.B. diejenige, die mit der Wahrnehmung von "Fett" zusammenhängt.

# Tasten

Durch die Berührung der Frucht erhalten wir neue Informationen: Das **Tastorgan**, die Haut, ist reich an Tastrezeptoren, die im ganzen Körper verteilt sind, mit einer größeren Konzentration auf den Fingern, aber auch auf den Lippen und der Zunge; sie ermöglichen es uns, physikalische Informationen wie Form, Größe, Oberflächeneigenschaften, Elastizität, Textur, Temperatur zu sammeln.



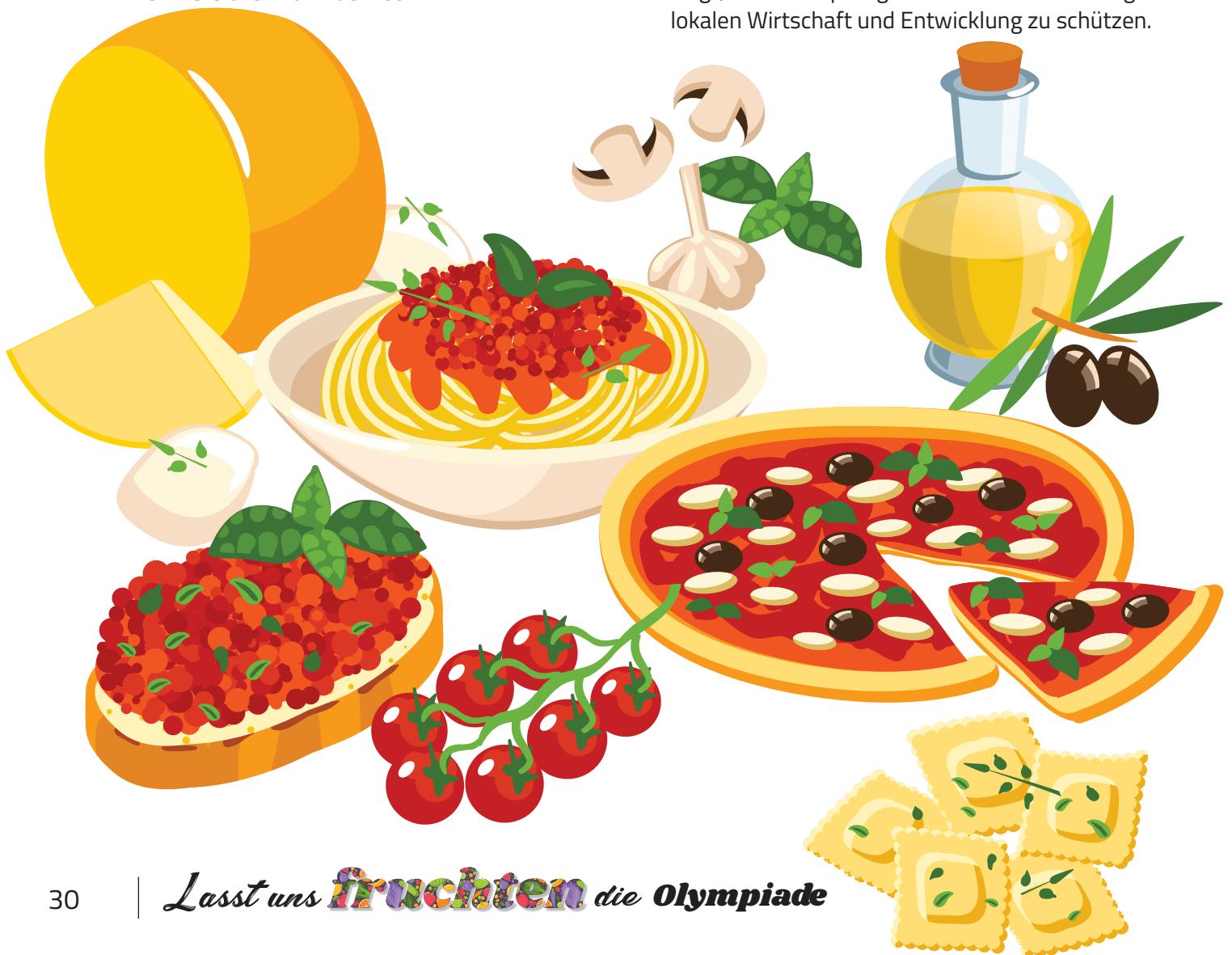
# Territorialität und typische Produkte



Ein Agrarlebensmittelprodukt wird als "**typisch**" definiert, wenn es stark mit dem Produktionsgebiet verbunden ist.

Es sollte nicht mit dem lokalen Produkt verwechselt werden, denn letzteres bedeutet alles, was an einem bestimmten Ort angebaut wird, ohne mit seiner Kultur und Tradition verbunden zu sein. Das typische Produkt hingegen ist etwas, das untrennbar nicht nur mit den Umweltmerkmalen des Produktionsgebiets, sondern auch mit den Verarbeitungsmethoden verbunden ist, die sich aus den Eingriffen des Menschen in diesem Gebiet ergeben, und schließt daher die Möglichkeit aus, dass das Produkt mit den gleichen Merkmalen auch in anderen Bereichen zu finden ist.

Es wird daher spezifische Eigenschaften haben, die im Laufe der Zeit eigentümlich und wiederholbar sind und mit seiner Lage innerhalb der lokalen Tradition und Kultur, der geographischen Lage des Produktionsgebiets, der Qualität des Rohmaterials und den Produktionstechniken zusammenhängen. Die Kenntnis der typischen Produkte ist wichtig, weil sie einen Mehrwert für die Region und das Land darstellt. Das typische Produkt ist nicht nur Ausdruck eines Territoriums und eines touristischen Angebots, sondern wird zu einem wertvollen wirtschaftlichen und sozialen Gut, das sich als Beispiel für eine spezifische Kultur, als einzigartiger und unverwechselbarer Geschmack anbietet und dazu beiträgt, seine Ursprungsorte zur Unterstützung der lokalen Wirtschaft und Entwicklung zu schützen.





# Territorialität und typische Produkte

Das große Erbe typischer italienischer Produkte wird seit langem durch mehrere Qualitätsmarken bereichert, die auf nationaler und europäischer Ebene bekannt sind und gemeinsam genutzt werden, wodurch spezifischen Produktionen und Traditionen noch mehr Glanz verliehen wird:

**GU** Geschützte Ursprungsbezeichnung (europäisches Gütezeichen): wenn alle Stufen des Produktionsprozesses (Herstellung, Verarbeitung und Zubereitung) in einem abgegrenzten geografischen Gebiet (das dem Produkt seinen Namen gibt) durchgeführt werden und die Qualität oder die Eigenschaften im Wesentlichen oder ausschließlich auf eine bestimmte geografische Umgebung und die ihr innewohnenden natürlichen und menschlichen Faktoren zurückzuführen sind.



**GGA** Geschützte geografische Angabe (Europäisches Qualitätszeichen): Bezugnahme auf den Namen eines bestimmten geografischen Gebiets, der zur Bezeichnung eines Agrarerzeugnisses oder Lebensmittels verwendet wird, das aus diesem Gebiet stammt und dessen Qualität, Ansehen oder sonstige Eigenschaften seinem geografischen Ursprung zugeschrieben werden können und dessen Herstellung auf mindestens einer seiner Stufen in dem festgelegten geografischen Gebiet erfolgt.



**PAT** Traditionelle Lebensmittelprodukte (italienisches Gütezeichen): kennzeichnet jene Lebensmittelprodukte, deren Verarbeitungs-, Konservierungs- und Reifungsmethoden sich im Laufe der Zeit konsolidieren und im gesamten betroffenen Gebiet nach traditionellen Regeln über einen Zeitraum von nicht weniger als fünfundzwanzig Jahren homogen sind.



**GTS** Garantiert traditionelle Spezialität (Europäisches Gütezeichen): Dies bezieht sich nicht auf einen Ursprung, sondern hat zum Ziel, eine traditionelle Zusammensetzung des Produkts oder eine traditionelle Herstellungsmethode aufzuwerten.



# Geselligkeit am Tisch



Nahrung ist Beziehung: Sie liefert uns nicht nur die gesamte Energie und alle wesentlichen Elemente für das biologische Überleben und die Erhaltung der Gesundheit (bei vernünftiger Verwendung), sondern ist auch ein grundlegendes Vehikel für Sozialisierung und Geselligkeit. Das Wort "compagnia" (Gesellschaft) kommt vom lateinischen "cum", mit und "panis", Brot, und bedeutet "das gleiche Brot teilen". Das Konzept der Sozialität ist daher untrennbar mit der Ernährung verbunden. Den Tisch zu teilen bedeutet, zu einer Gruppe zu gehören oder daran teilzunehmen, und der Akt des Essens hatte schon immer viele symbolische, relationale und soziale Bedeutungen: dies muss berücksichtigt werden, wenn wir über Essen sprechen wollen. Unter dem Gesichtspunkt eines globalen Ansatzes für die Komplexität der Lebensmittelaufnahme ist es wichtig, alle kulturellen und sozialen Aspekte zu berücksichtigen, die sich um Lebensmittel und das Agrar- und Lebensmittelsystem drehen: die Beziehung zum Territorium und zur Arbeit; die verschiedenen Lebensmittel- und Weintraditionen; die interkulturelle Konfrontation und die Förderung der biologischen Vielfalt; Rituale, Geselligkeit, Orte und Arten des Umgangs mit Lebensmitteln beim Kauf und Konsum, auch unter Bezugnahme auf religiöse Werte und Lehren. Die MIUR-Richtlinien für Ernährungserziehung unterstreichen auch die Bedeutung der Förderung eines Konzepts der allgemeinen Sozialität von Lebensmitteln, das, ausgehend von der Sicherheit, Wertaspekte im Zusammenhang mit Nachhaltigkeit, Ethik, Legalität, Interkulturalität und Territorialität einbezieht.

Der Akt des gemeinsamen Essens erinnert an ein Zusammengehörigkeitsgefühl: Am selben Tisch zu sitzen bedeutet, Teil einer Familie, einer Gruppe von Freunden, Kollegen oder einer Gemeinschaft zu sein, und die Zeit des Essens wird zu einem Austausch und einer Begegnung von Erfahrungen. Essen ist nicht nur Nahrung, sondern auch Tradition und Kultur, Träger von Familientraditionen, altem Wissen und Geschmack. Es ist ein Ausdruck des Feierns, ein grundlegender Moment, um sich mit der Familie wieder zu vereinen, Freunde zu treffen und die Bande der Zuneigung zu stärken oder neue Menschen kennen zu lernen, indem ein erstes Band des Vertrauens geknüpft wird. Man kann sich keinen Anlass zum Feiern vorstellen, an allen Orten,

im Freien und zu Hause, ohne einen gepflegten Tisch, reichhaltig oder ohne die wichtigsten Gänge und Rezepte, zur Zufriedenheit und Freude derer, die sie sich ausgedacht und zubereitet haben. Am Tisch gibt es Begegnungen und soziale Auseinandersetzungen, Gedanken- und Erfahrungsaustausch. Es ist schwierig, sich ein Gespräch vorzustellen, das keinen Hinweis auf den Tisch, ein Rezept, den Rat eines zu entdeckenden Restaurants oder die Geschichte von gastronomischen Erfahrungen enthält.

Es ist daher notwendig, den Akt des Essens in seine eigentliche Dimension zu stellen, d.h. einen komplexen Akt, der nicht nur Aspekte der Physiologie beinhaltet, sondern auch von psychologischen, sozialen und kulturellen Faktoren im weitesten Sinne bestimmt wird.

Es ist kein Zufall, dass der Moment des Schulfestessens von Anfang an als ein "erzieherischer Moment" betrachtet wurde:

eine theoretisch-praktische Lektion in Etikette, guten Manieren, Zusammenleben, Sozialisierung, Teilen, Gleichheit, Gruppensinn. Alle Werte verdichteten sich in der kurzen Zeit, die Kinder und Lehrer im Speisesaal verbringen, eine Bildungsmöglichkeit mit vielen pädagogischen Aspekten und hohem erzieherischem Wert.

**Gleichberechtigung  
Ernährung  
Sozialisierung**





# Geselligkeit am Tisch



**Bildung**

**Geschmäcker**

**Geselligkeit**

**Umgangsformen**

**Teilen**

**Wissen**

**Beziehung**

**Familie**

**Kultur**

**Fest**

**Etikette**

**Tradition**





# ABSCHNITT DiDAKTISCHE BLÄTTER



# Fang es im Flug

DER APFEL: DIE BEZAUBERNDEN KOMPLEXITÄT DES LEBENS

Italien weist die größte Vielfalt an Bodenarten und -bedeckung und die größte Biodiversität von Böden aller europäischen und mediterranen Länder auf. Der Rückgang der genetischen Vielfalt und das Aussterben von Pflanzenarten kann zum Verlust von Pflanzen führen, auf die wir für Nahrung, Unterkunft, Medikamente usw. angewiesen sind. Daher ist die Erhaltung der genetischen Ressourcen (ob in ihrem natürlichen Lebensraum, wo sie sich angepasst haben, oder in botanischen Gärten und Saatgutbanken) der Schlüssel zu unserem Überleben. Verschiedene Apfelsorten zu haben, bietet die Möglichkeit, sie über einen längeren Zeitraum im Jahr zu verzehren, da sie dank ihrer Unterschiede zu unterschiedlichen Zeiten, in unterschiedlichen Regionen und auf unterschiedlichen Böden reifen. Der Apfel hat eine abwechslungsreiche Form, meist kugelförmig, mit knackigem, manchmal mehligem Fruchtfleisch und verschiedenfarbiger Schale. Die

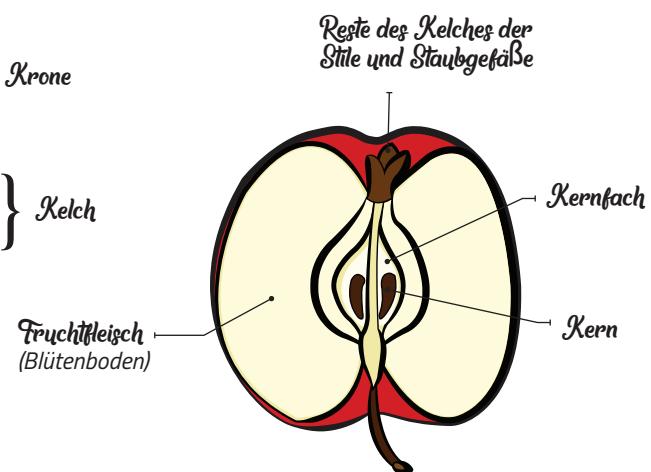
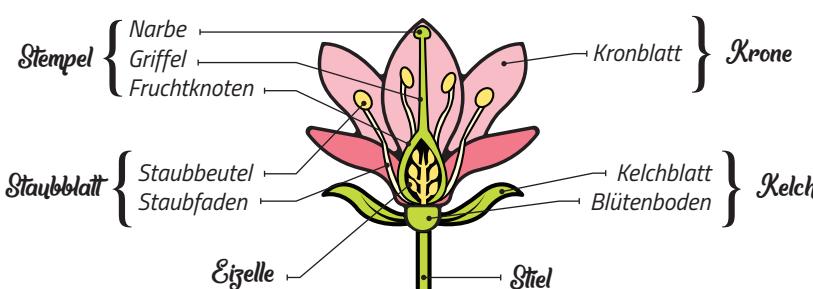
zahlreichen Sorten werden nach ihrer Reifezeit klassifiziert.

... jetzt spielen wir!!!

Zeichnet vier Bäume, einen für jede Jahreszeit. Sucht und schneidet aus Zeitungen, Zeitschriften, Flugblättern aus oder fotografiert auf dem Markt und druckt die Fotos aus, alle Arten, Farben und Formen von Äpfeln, die ihr finden könnt, klebt sie auf den Baum der entsprechenden Jahreszeit und gebt auf dem Bild den Namen der gefundenen Sorte an.

Erwähnt auch:

- den Namen jedes Apfels
- die Jahreszeit, in der sie reifen
- die Merkmale von Farbe, Geschmack, Aroma und Herkunftsgebiet.



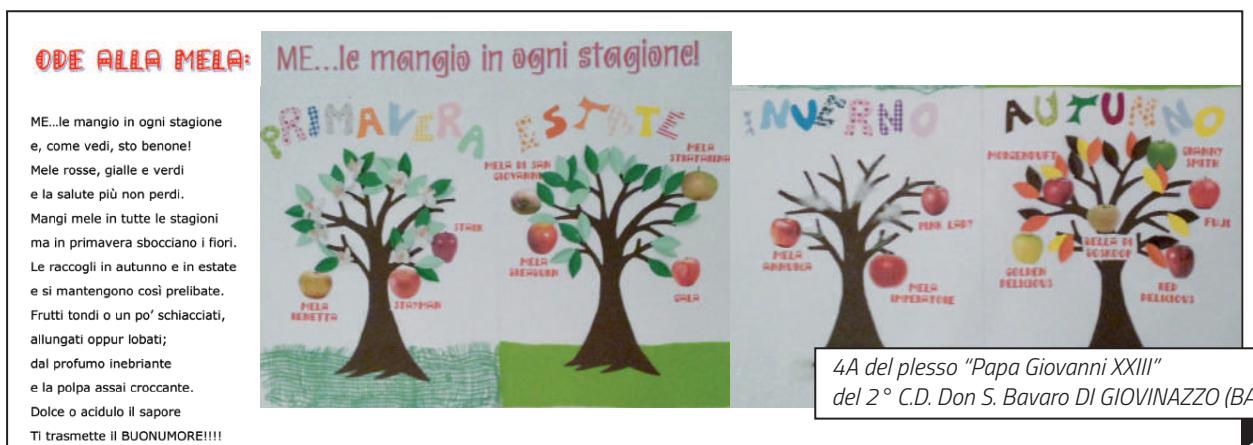
2014  
2015



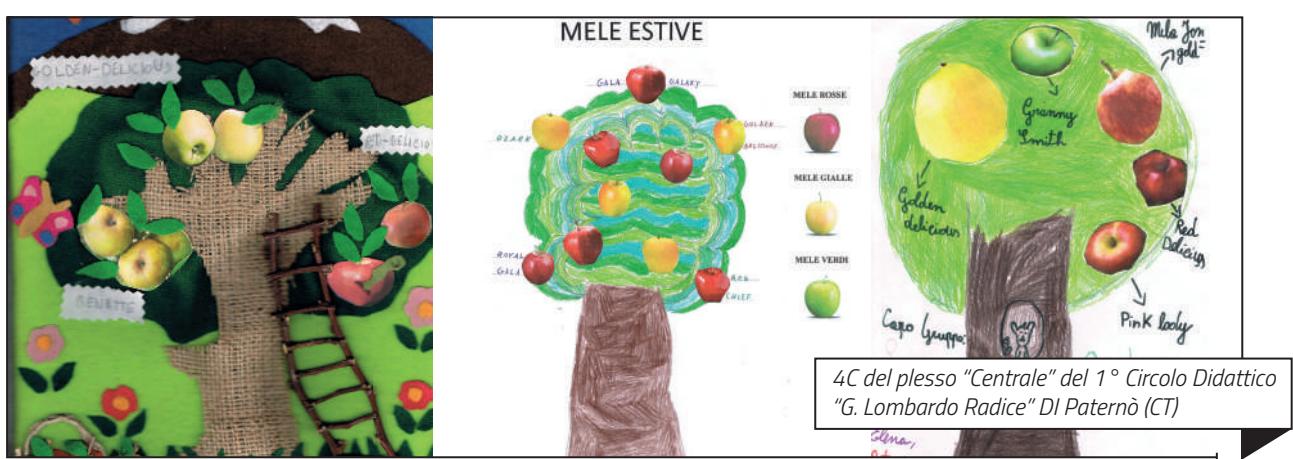
5E della Scuola Primaria  
dell'I.C. Tadini di Cameri (NO)



2A del plesso "via Serrenti, 72" dell'IC Fregene -  
Passoscuro di Passoscuro - Fiumicino (RM)



4A del plesso "Papa Giovanni XXIII"  
del 2° C.D. Don S. Bavaro Di GIOVINAZZO (BA)



4C del plesso "Centrale" del 1° Circolo Didattico  
"G. Lombardo Radice" Di Paternò (CT)





Miro alla frutta  
Rimiro alla frutta

# Miro und Rimiro beim Obst

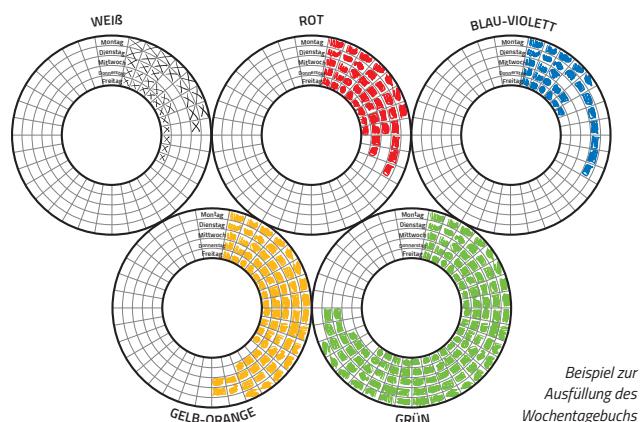
## TAGEBUCH DES OBST- UND GEMÜSEKONSUMS

**MIRO ALLA FRUTTA** ist ein echtes Tagebuch über den Verzehr von Obst und Gemüse über 5 Tage. Ziel des wöchentlichen Tagebuchs ist es, die Obst- und Gemüseportionen, die von den Kindern und dem Lehrer während fünf Tagen verzehrt wurden, zu visualisieren, die Kreise entsprechend den verzehrten Portionen zu färben, die fünf Farben des Obstes und Gemüses zu unterscheiden und so eine abwechslungsreiche Ernährung zu fördern, eine Garantie für eine angemessene und ausgewogene Nährstoffversorgung.

In den Anhängen finden Sie eine Zeichnung mit den fünf Kreisen der Olympischen Spiele, wobei jeder Kreis die Farbe der Pflanzen (weiß, rot, blau, gelb-orange, grün) ausdrückt, die wiederum in fünf konzentrische Kreise unterteilt sind, einer für jeden "Schultag" der Woche. Jedes Quadrat ist eine Portion Obst oder Gemüse, die verzehrt wird, und muss mit der entsprechenden Farbe gefärbt werden (für Weiß gibt es ein X im Quadrat): Wenn z.B. ein Kind tagsüber zwei grüne Früchte und zwei grüne Gemüse isst, müssen vier grüne Quadrate gefärbt werden, gefolgt von den grünen Quadraten eines

anderen Kindes und so weiter, die das grüne Gemüse zeigen, das von der ganzen Klasse während der Woche verzehrt wird.

Das wöchentliche Essenstagebuch muss für die gesamte Klasse repräsentativ sein, einschließlich des Lehrers, der überprüft, ob es jeden Tag ausgefüllt wird und sowohl aufzeichnet, was Sie in der Klasse/Kantine essen, als auch was die Kinder berichten, was sie zu Hause zum Frühstück oder am Vortag gegessen haben. Der Lehrer wird offensichtlich der Garant für die Wahrhaftigkeit der Berichte sein.



**TAGEBUCH** Zum Ausfüllen das Tagebuch auf Seite 81 fotokopieren

Wir erinnern an einige Produkte und ihre Farben:

● **WEISS:** Bananen, Blumenkohl, Fenchel, Birnen, Lauch, weiße Rüben;

● **ROT:** Sauerkirschen, Wassermelone, Blutorange, Rotkohl, Kirschen, Erdbeeren, Himbeeren, rote Äpfel, Granatapfel, rote Paprika, Tomate, rosa Grapefruit, roter Radicchio, rote Rüben, Radieschen, Johannisbeeren;

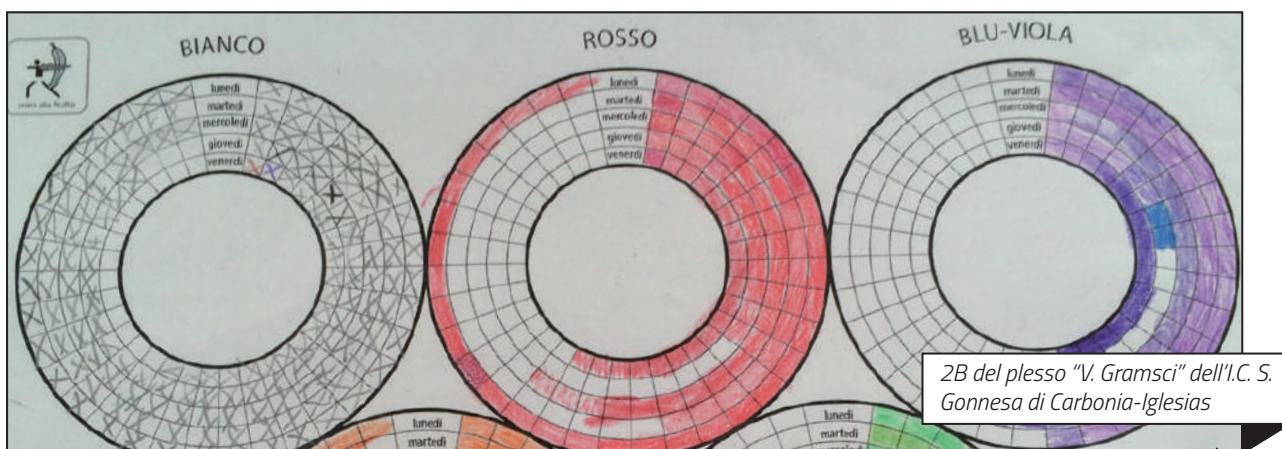
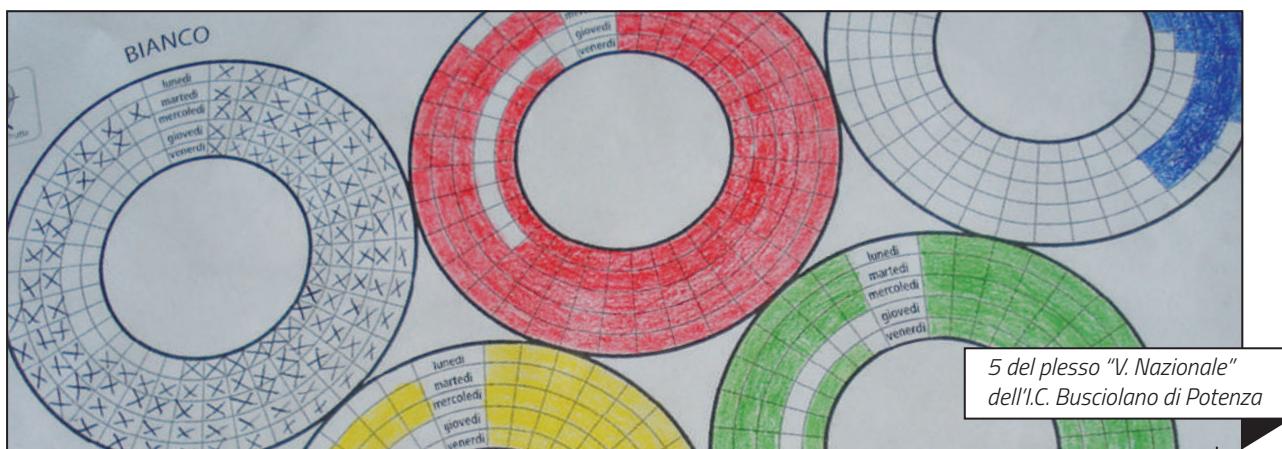
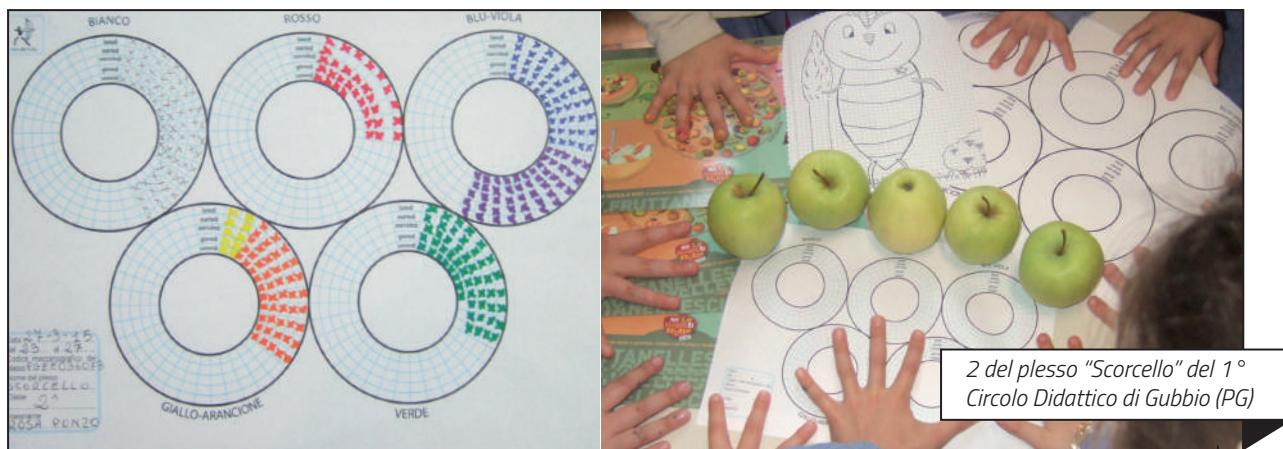
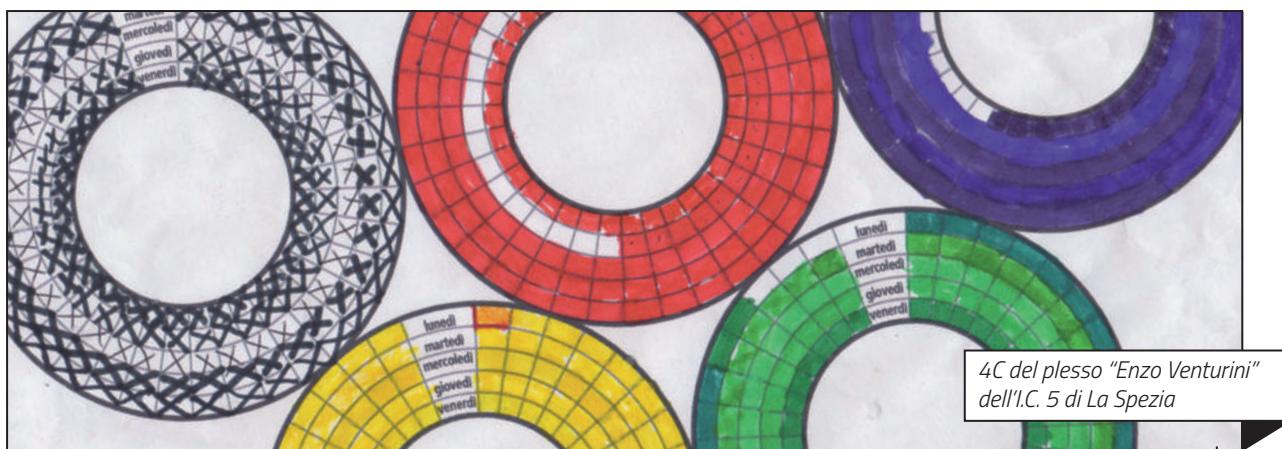
● **BLAUVIOLETT:** violette Karotten, Feigen, Auberginen, Heidelbeeren, Brombeeren, Pflaumen, Radicchio, schwarze Johannisbeeren, Pflaumen, Weintrauben;

● **GELB-ORANGE:** Aprikosen, Orangen, Ananas, Karotten, Mango, Mandarinen, gelbe Äpfel, Melonen, gelbe Paprika, gelbe Pfirsiche, gelbe Grapefruit, Kürbis;

● **GRÜN:** Spargel, Brokkoli, Artischocken, Rosenkohl, Grünkohl, Gurken, Brunnenkresse, Kiwi, Endivie, Salat, grüne Äpfel, grüne Paprika, Erbsen, Rucola, Sellerie, Spinat, Trauben, Wirsing, Zucchini.

**Frische Säfte, Smoothies und frisch Gepresstes** sind als gleichwertig mit einer Portion Obst und Gemüse zu betrachten. Zwiebeln sind nur gültig (und sind weiß oder rot), wenn sie als Beilage verzehrt werden. Fruchtsäfte, Eiscreme und Kartoffeln (die, wie wir erinnern, kein Gemüse sind) werden nicht als gültig für Tagebuchzwecke angesehen.

2014  
2015





# Modernes Pentachrom

DIE FANTASTISCHEN 5: WIR GEBEN UNSEREN GERICHTEN FARBE

Obst und Gemüse bilden einen wahren Regenbogen von Farben, jede mit ihren eigenen Merkmalen. Nur durch das Variieren und Assoziieren der verschiedenen Farben kann man den ganzen Reichtum der Natur erleben.

Schauen wir also, welche Farben Obst und Gemüse charakterisieren:

- **ROT** umfasst Kirschen, Wassermelone, rote Orangen, Rotkohl, Kirschen, rote Zwiebeln, Erdbeeren, Himbeeren, rote Äpfel, Granatapfel, Preiselbeeren, rote Paprika, Tomate, rosa Grapefruit, roten Radicchio, rote Rüben, Radieschen, rote Johannisbeeren, rote Trauben.
- **GELB-ORANGE** umfasst Aprikosen, Orangen, Karotten, Mandarinen, Melonen, gelbe Paprika, gelbe Pfirsiche, Pfirsiche, gelbe Pampelmuse, Kürbis.
- **BLAU-VIOLETTEN** umfasst violette Karotten, Feigen, Auberginen, Heidelbeeren, Brombeeren, Pflaumen, schwarze Johannisbeeren, schwarze Trauben.
- **GRÜN** umfasst Spargel, Brokkoli, Artischocken, Rosenkohl, Grünkohl, Gurken, Brunnenkresse, Kiwi, Endivie, Kopfsalat, grüne Paprika, Erbsen, Rucola, Sellerie, Spinat, Trauben, Wirsing, Zucchini.

Und schließlich gibt es die

○ **WEISSEN**, d.h. Bananen, Blumenkohl, Zwiebeln, Fenchel, weiße Pfirsiche, Birnen, Lauch, weiße Rüben. Alle Bestandteile, die dem Gemüse Farbe geben, sind ebenso wichtig wie Mineralien, Vitamine, Wasser und Ballaststoffe, die ein integraler Bestandteil von Obst und Gemüse sind und uns nicht nur helfen, eine effektive Darmtätigkeit aufrechtzuerhalten, sondern auch schneller ein Sättigungsgefühl zu erreichen.

2014

2015

## ... jetzt spielen wir!!!

Teilt die Klasse in mehrere Teams auf (die Anzahl liegt im Ermessen des Lehrers).

Weist jedem Team einen oder mehrere Gänge eines zu erfindenden Menüs mit den von euch gewünschten Zutaten zu, vorausgesetzt, jedes Gericht enthält mindestens eine Frucht, die jedes Mal anders ist und zu einer der fünf Farben (weiß, rot, blau-violett, gelb-orange und grün) gehört. Jedes Mitglied des individuellen Teams muss dann herausfinden, welche Gerichte mit Obst für den zugewiesenen Gang zubereitet werden können, indem es Familie und Freunde befragt oder eine Suche durchführt.

### ACHTUNG!!!!

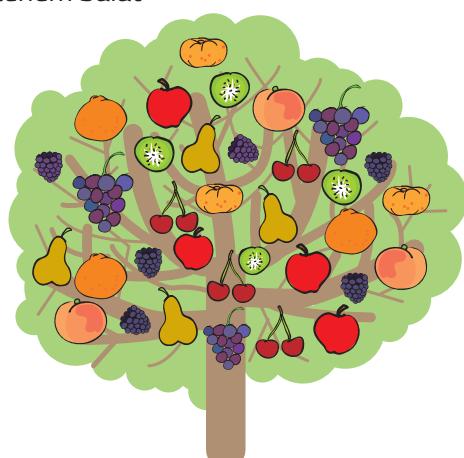
Bei der Gestaltung der Gerichte sollten die Schüler mit Gewürzen und Zucker nicht übertreiben. In der Klasse müssen sie dann mit Hilfe des Lehrers für jeden Gang ein Gericht auswählen, wobei sie darauf achten müssen, dass jedes Gericht auf der Speisekarte einer der fünf Farben entspricht, und dann das Klassenmenü zeichnen oder grafisch zusammenstellen. Findet für jedes Gericht einen Originaltitel, der die Hauptzutaten hervorhebt, z.B. für eine rote Beilage:

"Granatapfel triumphiert auf einem Bett aus mit Balsamico-Essig geschnittenem Salat"

Hier sind die fünf Gänge auf der Speisekarte:

- Vorspeise
- Erster Gang
- Zweiter Gang
- Beilage
- Dessert

Denken Sie daran: jeder Gang muss eine andersfarbige Frucht enthalten!!!!





forma a-fico su  
verruggata  
di more e mirtilli

cosa occorre?  
fichi, forma a-fico  
ecoriño, more, mirtilli

mesa araba  
mele rosse

Budino ghiotto  
di pete e banane flambé

Pioggia di melograno su rotelle di mele rosse

Ingredienti: melograno, mele rosse

Dolce

Budino ghiotto di pete e banane flambé

Ingredienti: latte, uova, vaniglia, peta, banana

3 del plesso "Santa Luce" dell'I.C.  
"G. Mariti" di Santa Luce (PI)



Ristorante 1° C

Spiedino di fichi,  
uva e prosciutto

Tartatelle all'aranciata  
"Terranastri"

Ventaglio di maiale  
al Rixxi

Mandala di funghi e pere

Giratondo, olé fragole  
e mirtilli

4C dell'I.C. "Luigi Capuana"  
di Mineo (CT)



### Ein Erbe für unsere Gesundheit

Die Bevölkerung des Mittelmeerraums bestand in der Vergangenheit hauptsächlich aus Bauern oder (an der Küste) Fischern, die die von ihnen angebauten Produkte (oder den Erlös aus dem Fischfang) und nur selten kleine Mengen Fleisch von in den Höfen gezüchteten Tieren verzehrten. Diese Gewohnheiten, die durch die für Landwirtschaft und Fischerei günstigen klimatischen und geographischen Bedingungen erleichtert wurden, führten zur Entstehung der "Mediterranen Ernährung".

... jetzt spielen wir!!!

**Entdecken wir den Geschmack alter Aromen wieder**

**Redet zu Hause** mit einer älteren Person und fragt

sie:

- welches Obst und Gemüse sie als Kind gegessen hat und, falls sie einen Gemüsegarten hatte, welches Obst und Gemüse sie angebaut hat
- wie sie zubereitet wurden und warum sie diese Art von Lebensmitteln verwendeten.

### Im Unterricht:

- berichtet, was sie euch zu Hause erzählt haben, indem ihr eure Geschichten mit denen eurer Klassenkameraden vergleicht.
- gebt an, welche Obst- und Gemüsesorten heutzutage an eurem Wohnort angebaut, zubereitet und gegessen werden
- stellt alles auf einem Poster dar und hebt die Unterschiede zwischen "Vergangenheit" und "Gegenwart" hervor.

2014

2015



**PRESERVAZIONE**

**L'ORTO DELLA NOSTRA SCUOLA**

**PRODOTTI TIPICI DELLA LOMBARDIA**

**PESCATO**

1A del plesso "F.lli Cervi" dell'I.C. di Viale Liguria di Rozzano (MI)

**IERI OGGI**

**IL FAGIOL DI SORANA**

**IERI OGGI**

1A della Scuola Primaria "A. Bartolozzi" dell'I.C. Pescia 2 di Uzzano (PT)

**CLASSE 5° "S NICOLA"**

**5 del plesso "Via Nazionale" dell'I.C. Busciolano di Potenza**

**TAVOLA IERI OGGI**

**5A dell'I.C. "G. Lombardo Radice" di Siracusa**





# Märchentennis

EIN MÄRCHENHAFTER TISCH

## T...wie typisch

einen Mehrwert für das eigene Territorium

Ein Agrarlebensmittelprodukt wird als "typisch" definiert, wenn es stark mit dem Produktionsgebiet verbunden ist. Es sollte nicht mit dem lokalen Produkt verwechselt werden, denn letzteres bedeutet alles, was an einem bestimmten Ort angebaut wird, ohne mit seiner Kultur und Tradition verbunden zu sein. Das Typische ist vielmehr etwas, das untrennbar nicht nur mit den Umweltmerkmalen des Produktionsgebietes, sondern auch mit den Verarbeitungsmethoden verbunden ist, die sich aus den menschlichen Eingriffen in diesem Gebiet ergeben, und schließt daher die Möglichkeit aus, dass dasselbe Produkt mit den gleichen Merkmalen auch in anderen Gebieten zu finden ist.

2014

2015



sizilianische  
Blutorangen



San-Marzano-  
Tomaten  
(Kampanien)



römische  
Artischocken aus  
Latium



Äpfel vom Val di Non  
(Trentino-Südtirol)



### CAPPUCETTO ROSSINA DI PESCARA

Es war einmal ein schöner Salat namens ROSSINA, der auf dem Land in Pescia lebte. Eines schönen Tages sagte Mama LATTUGA, sie solle ihre Großmutter MELANZANA besuchen, die in Uzzano lebte. Sie bereitete einen Korb voll mit gutem Gemüse vor: Artischocken, Sellerie, Karotten, Radieschen, Tomaten und Spargel und machte sich auf den Weg in den Wald. Im Wald begegnete sie dem schrecklichen Wolf PEPERONE ROSSO, hatte aber keine Angst. Sie teilte PEPERONE ROSSO lediglich mit, dass sie ihre Großmutter besuchen werde. Der Wolf ging schnell zu Großmutter MELANZANA und fraß sie auf. Bei seiner Ankunft fand CAPPUCETTO ROSSINA Großmutter MELANZANA nicht im Bett, sondern den WOLF.



# **Sinnes-Hockey**

WIR SCHULEN DEN "SINN" DER FRUCHT

Hockey sui sensi

**WIR SCHULEN DEN "SINN" DER FRUCHT**

## **TYPIZITÄT DURCH EMPFINDUNGEN**

Das typische Produkt hat besondere Eigenschaften, die mit seiner Lage innerhalb der lokalen Tradition und Kultur, der geographischen Lage des Produktionsgebietes, der Qualität des Rohmaterials und den Produktionstechniken zusammenhängen. Die Kenntnis der typischen Produkte ist wichtig, weil sie das Zugehörigkeitsgefühl zur eigenen Region erhöht.

Wir schulen die Sinne, um die Aromen unseres Landes besser kennen und schätzen zu lernen. Mit den Sinnen können wir nämlich lernen, alle charakteristischen Nuancen eines Produkts zu erfassen und es durch die Empfindungen, die es uns zu vermitteln vermag, voll auszukosten. Jeder Sinn hat seine eigene Rolle und nimmt zu einem bestimmten Zeitpunkt teil.

... jetzt spielen wir!!!

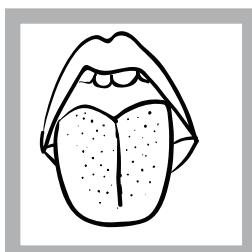
Mit Worten zu spielen macht immer Spaß: Wir bringen Worte mit Kultur und Tradition zusammen. Wählt eine für euer Gebiet typische Obst- oder Gemüsesorte aus und macht sie zum Schlüsselwort für ein Kreuzworträtsel, das ihr nach dem von euch bevorzugten Muster wie in den folgenden Beispielen erstellen müsst.

Stellt das gelöste Kreuzworträtsel auf einem Poster dar und gebt dabei auch die Definitionen an. Verwendet auf demselben Poster die von euch bevorzugten Techniken und Materialien (Tempera, Wachsmalstift, Bleistift, Marker usw.), das Obst/Gemüse eurer Wahl und übt, alle Wahrnehmungen zu beschreiben, die die Verkostung auf euren Sinnen hervorruft (Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten).

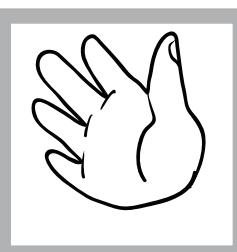
Ladet die anderen Klassen zu einem Kompositions- oder Lösungszeitwettbewerb ein!

2015

2016



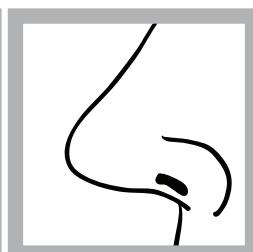
### Schmecken



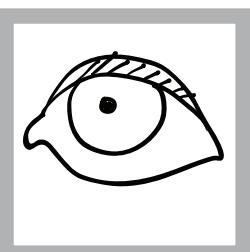
### Tasten



Hören



Riechen



Sehen

Econometrics 1



OBIZZONTALE

1. articolo maschile
  3. si abita
  6. parassiti
  8. si danno con gli appuntamenti
  10. Imperia
  12. Empoli
  13. quello di Marmeli è nazionale
  14. andato, partito
  17. calura, canicola
  19. protegge dalle onde

- 2. articolo femminile
  - 4. altare pagano
  - 5. ne sentì il canto Ulisse
  - 7. non qui
  - 9. profondo
  - 11. il contrario di sempre
  - 15. taleggio all'inizio
  - 16. Fermo
  - 18. il contrario di giù

Economics 2



## **DEFINIZIONI:**

1. quelle di rapa si gustano con le orecchiette pugliesi
  2. è famosa quella dei porcini di Lariano
  3. è anche una varietà di broccolo
  4. finocchio, pomodori e sedano si mangiano così
  5. il carciofo alla giudia è tipico di questa regione
  6. quello del sedano si usa nel pinzimonio
  7. così si mangia il fiore di zucca, ripieno di mozzarella e alici
  8. quello d'oliva è il migliore

**ORIZZONTALI**

- Bucare alle porte
- Confine di gabbie
- Articolo femminile plurale
- Articolo indeterminativo maschile
- Al posto per ripararsi dalle ondate
- Biccome
- Eponimo di collina
- È un topo senza "po"
- È "Antimo" di Padova
- Felino domestico
- È di "me stesso"
- Lo usano i marioneti per portare
- Gruppo
- Prima di "Tu"
- Fa la raginete
- Tutti insieme formano la Panchetta
- Uno, due e
- Dieci dei venti
- Lo cestru Abismo per sacrificare il figlio

**VERTICALI**

- Dopo "mio"
- ACCESO - in inglese
- Tanta
- Stop
- Segmento in un poligono
- Piccola meno
- Non frequente
- Erbe che mangiano gli Ebrei a Pasqua
- Cordire con olio e...
- Autò in inglese
- Si respira
- Gelatina senza "stima"
- No in inglese
- Non fare niente

CLASSE 3<sup>a</sup>  
CENTRO SCOLASTICO  
EFFETÀ - VII

**I SENSI SUI COLLI DELGANE**

3A del Centro Scolastico Integrato  
'Effetà' di Torri di Quartesolo (VI)

5B della Scuola Primaria  
dell'IC Barga di Barga (LU)

**POVERI C S I**  
**O H Z D O L O R O**  
**L F I C O M S E R E T**  
**P O V E S I E O V E**  
**A S U B I A N C O D E L**

**Sfrutta la frutta!**

2 del plesso 'Torre Orsaia'  
dell'IC di Torre Orsaia (SA)

**l'arancia di Sicilia**

**DEFINIZIONI**

- 1 Insieme di piante profumate dai fuchi ricca sfoglia dolce che si ottiene dagli agrumi
- 2 è quella "C" "A" ... sconforne di vendere crude
- 3 Regione insulare dell'Italia meridionale
- 4 stagione con le rare
- 5 Il frutto dell'arancio

**'A G R U M I**  
**S P R E M U T A**  
**V I T A M I N A**  
**'I N S A L A T A**  
**S I C I L I A**  
**'I N V E R N O**  
**Z A G A R A**

**Osservi l'arancia con i sensi**

3B del plesso 'S. Giuseppe'  
dell'IC di Niscemi (CL)





# Tellerweitwurf

ERFINDE EIN NEUES OBST- UND GEMÜSEGERICHT

**Wählen Obst und Gemüse in allen Farben, um Gerichte mit Geschmack und Gesundheit zu bereichern.**

Dies sollte die erste Regel sein, die bei der Auswahl dessen, was wir auf den Tisch bringen, befolgt werden sollte: reichlich Gemüseportionen, je nach Farbvielfalt und Saisonalität. Obst und Gemüse bilden einen wahren Regenbogen von Farben, jedes mit seinen eigenen Merkmalen; nur durch die Variation und Verbindung der verschiedenen Farben könnt ihr den ganzen Reichtum an Aromen und Geschmäckern der Natur erleben.

... jetzt spielen wir!!!

Denkt an einen einzigen Gang (erster Gang, zweiter Gang oder Beilage nach Wahl; Obstsalat gilt nicht!), der bei der Auswahl der Zutaten Obst und Gemüse berücksichtigt, das zu den fünf Farben der Gesundheit (rot, grün, blau-violett, gelb-orange und weiß) gehört; die Mengen der einzelnen Zutaten müssen ausreichend sein und dürfen nicht nur als Dekoration des Gerichts verwendet werden. Denkt daran, dass mindestens eine der ausgewählten Zutaten

eine Frucht sein muss.

Findet für jedes Gericht einen Originaltitel, der die Hauptzutaten hervorhebt, z.B.:

"Erdbeerjubel auf einem Bett aus Salat mit Kokosnussdressing".

Wir bitten euch, mit der Hilfe eures Lehrers oder eurer Eltern zu versuchen, das Gericht zuzubereiten.

## ACHTUNG!!!!

Bei der Gestaltung der Gerichte sollten die Schüler mit Gewürzen und Zucker nicht übertreiben.

**DENKT DARAN:** das Gericht MUSS ALLE 5 Farben der Gesundheit enthalten!!!!

An diesem Punkt bleibt euch nur noch eines übrig:

- schreibt das Rezept mit allen Zutaten auf;
- stellt mit den von euch bevorzugten Techniken und Materialien (Tempera, Wachsmalstifte, Bleistift, Filzstifte usw.) das erstellte Gericht dar.

2015  
2016





SCUOLA PRIMARIA S.PERTINI  
OLIMPIADI DELLA FRUTTA  
SPECIALITÀ LANCIO DEL PIATTO

RICETTE

BARRIERA CORALLINA DI CAROTE, PEPERONI, POMODORI, MELANZANE, ZUCCHINE, OLIVE E FRUTTA SECCA IN QUANTITÀ PER PESCI DI OGNI TIPO

Pulire e tagliare le verdure a dadini, cuocerle in pentola con soffritto di olio, aglio e cipolle. Nel frattempo pulire il pesce (a piacere), tagliato anch'esso a pezzetti. Unire il pesce alle verdure, porre il tutto in una teglia adatta e ripassare in forno per 20 minuti circa.

2B del plesso "Sandro Pertini" dell'IC Spinetoli-Pagliare di Spineto (AP)

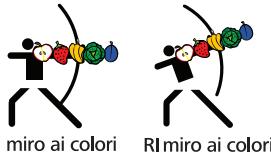


2A del plesso "Don Vincenzo Avallone" del Circolo Didattico di Forio e Serrara Fontana di Forio (NA)



"Torta cinque colori"  
in classe, abbiamo sperimentato  
nuova ricetta che contiene i  
colori della salute: Verde, rosso,  
bianco e arancione

1 ATP del plesso "Collodi" dell'I.C. 2  
"G. Bianca" di Avola (SR)



# Miro und Rimiro bei den Farben

## TAGEBUCH DES OBST- UND GEMÜSEKONSUMS

**MIRO AI COLORI** ist ein echtes Tagebuch über den Verzehr von Obst und Gemüse der gesamten Klasse über 5 Tage. Ziel des wöchentlichen Tagebuchs ist es, die Obst- und Gemüseportionen, die von den Kindern und dem Lehrer an fünf Tagen im Unterricht verzehrt werden, darzustellen und so eine abwechslungsreiche Ernährung zu fördern, eine Garantie für eine angemessene und ausgewogene Nährstoffversorgung. Ihr könntet eine andere Klasse in der Schule herausfordern!

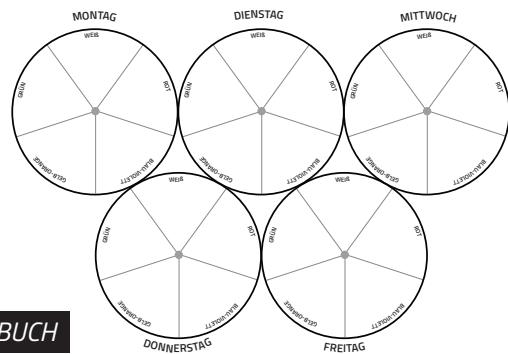
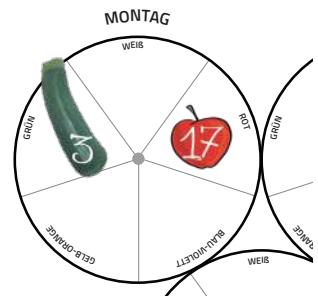
... jetzt spielen wir!!!

**Tagebuch mit den fünf Kreisen der Olympischen Spiele:** Jeder Kreis bezeichnet einen Wochentag, der in fünf Teile unterteilt ist, die jeweils eine der fünf Farben des Wohlbefindens repräsentieren (Tagebuch).

Zeichnet an jedem Wochentag das Obst/Gemüse, das ihr tatsächlich vor euren Mitschülern gegessen habt, oder schneidet es aus den Zeitungen aus und achtet dabei darauf, die Zeichnung oder das Bild zum Einkleben in den entsprechenden Farbkasten einzufügen (wenn ihr z.B. am Montag einen roten Apfel esst, zeichnet den Apfel in den roten Teil innerhalb des Kreises am Montag ein). Das Obst muss gegessen und nicht nur gekostet werden,

um eine Portion zu bilden, wie der Lehrer und die Klassenkameraden bezeugen werden. Seid ehrlich!!!!

Da mehr Kinder das gleiche Obst/Gemüse essen werden, zeichnet das Obst/Gemüse nur einmal und gebt die Anzahl der Portionen innerhalb der Zeichnung an. Wenn zum Beispiel in einer Klasse mit 20 Kindern am Montag 17 einen roten Apfel und 3 eine Zucchini essen, müsst ihr in das rote Feld einen einzelnen roten Apfel mit der Zahl 17 hinein malen oder einfügen, während in das grüne Feld desselben Tages die Zucchini mit der Zahl 3 hinein gemalt oder eingeklebt wird, wie in der Zeichnung.

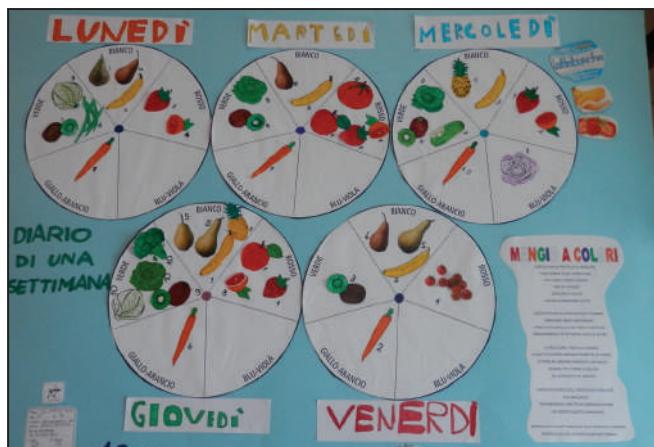


Zum Ausfüllen das Tagebuch auf Seite 82 photokopieren

Hier sind einige Produkte und ihre Farben:

- **WEISS:** Bananen, Blumenkohl, Fenchel, Birnen, Lauch, weiße Rüben;
- **ROT:** Sauerkirschen, Wassermelone, Blutorange, Rotkohl, Kirschen, Erdbeeren, Himbeeren, rote Äpfel, Granatapfel, rote Paprika, Tomate, rosa Grapefruit, roter Radicchio, rote Rüben, Radieschen, Johannisbeeren;
- **BLAUVIOLETT:** violette Karotten, Feigen, Auberginen, Heidelbeeren, Brombeeren, Pflaumen, Radicchio, schwarze Johannisbeeren, Pflaumen, Weintrauben;
- **GELB-ORANGE:** Aprikosen, Orangen, Ananas, Karotten, Mango, Mandarinen, gelbe Äpfel, Melonen, gelbe Paprika, gelbe Pfirsiche, gelbe Grapefruit, Kürbis;
- **GRÜN:** Spargel, Brokkoli, Artischocken, Rosenkohl, Grünkohl, Gurken, Brunnenkresse, Kiwi, Endivie, Salat, grüne Äpfel, grüne Paprika, Erbsen, Rucola, Sellerie, Spinat, Trauben, Wirsing, Zucchini.

**Frische Säfte, Smoothies und frisch Gepresstes** sind als gleichwertig mit einer Portion Obst und Gemüse zu betrachten. Zwiebeln sind nur gültig (und sind weiß oder rot), wenn sie als Beilage verzehrt werden. Fruchtsäfte, Eiscreme und Kartoffeln (die, wie wir erinnern, kein Gemüse sind) werden nicht als gültig für Tagebuchzwecke angesehen.



## MANGIO A COLORI

CHE BUONA LA FRUTTA E LA VERDURA!

OGNI GIORNO È UN'AVVENTURA!

DAL LUNEDÌ SIAMO A MENSA

FINO AL GIOVEDÌ

VERDURA E FRUTTA

ALCUNI LA MANGIANO TUTTA.

OCCHIO DI FALCO CON FRUTTA E VITAMINE!

MANGIAMO MENO MERENDINE!

PANCIA PIÙ SVEGLIA CON FRUTTA E VERDURE!

ASSAGGIAMOLE TUTTE

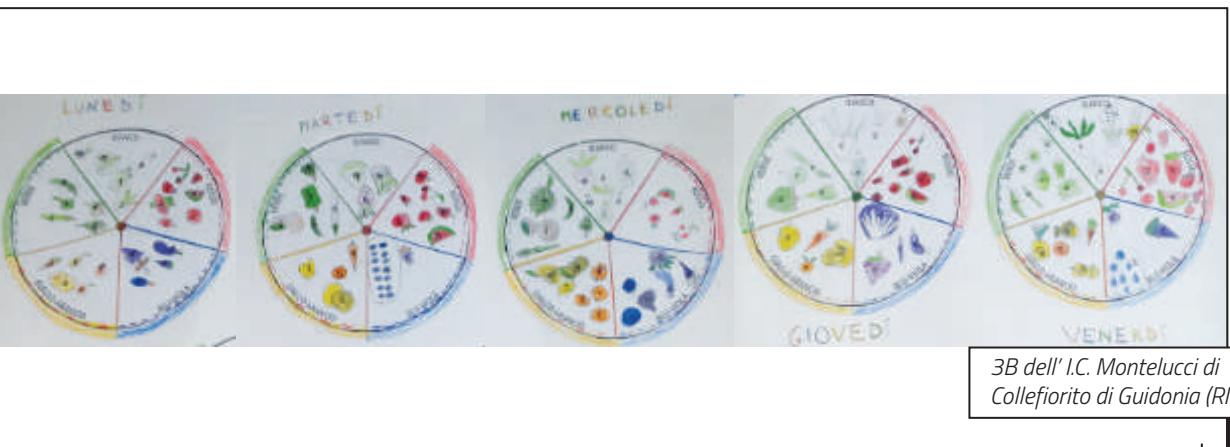
CI PIACCIONO TANTO LE ARANCE

GIOVEDÌ

VENERDÌ

MANGI A COLORI

1B dell'I.C. Da Melo Mel del plesso  
"Dante Alighieri" di Mel (BL)



3B dell'I.C. Montelucci di Colleforito di Guidonia (RM)



4C dell'I. C. De Amicis di San Ferdinando di Puglia (BT)



3E del Primo Istituto Comprensivo del plesso "Via Fuentes" di Gela (CL)  
VENERDÌ





# Hülsenfrüchte-Sprung

NAHRHAFTE PFLANZEN FÜR EINE NACHHALTIGE ZUKUNFT

Unter dem Motto "Nahrhafte Pflanzen für eine nachhaltige Zukunft" hat die Generalversammlung der Vereinten Nationen das Jahr 2016 zum Internationalen Jahr der Hülsenfrüchte erklärt, um das Bewusstsein für die vielen Vorteile von Hülsenfrüchten zu schärfen und zu erhöhen.

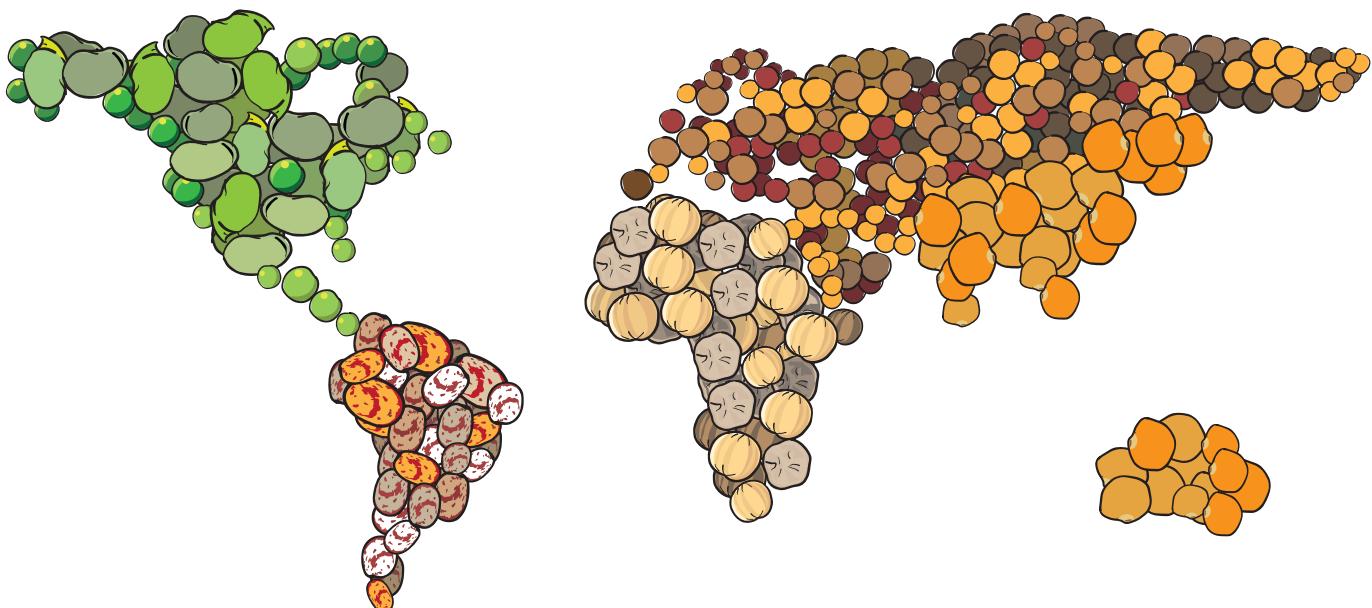
Bohnen, Linsen, Kichererbsen, Erbsen, Puffbohnen (aber auch Lupinen, Soja usw.) sind die Samen der Hülsenfrüchte. Von jeder von ihnen gibt es viele Sorten mit unterschiedlichen Farben und Geschmacksrichtungen. Allen gemeinsam sind jedoch die wertvollen ernährungsphysiologischen Eigenschaften: Sie sind eine gute Quelle für Kohlenhydrate, Ballaststoffe (vor allem in den äußeren Teilen des Samens), B-Vitamine und Mineralien (Phosphor, Eisen und Kalzium), vor allem aber eine gute Proteinquelle zu niedrigen Kosten.

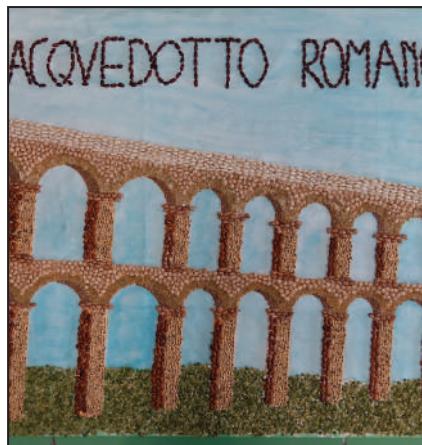
Hülsenfrüchte sind "antike" Lebensmittel. Sie werden bereits im Alten Testament und in der Ilias erwähnt, und Spuren ihrer Verwendung wurden in den ägyptischen Pyramiden gefunden. Sie werden "das Fleisch der Armen" genannt, weil das bäuerliche Italien bis in die 1950er Jahre auch dank der Hülsenfrüchte (hauptsächlich in Suppe gekocht, allein oder zusammen, auch kombiniert mit Getreide)

lebte (und überlebte), eben weil es sich um protein- und nährstoffreiche Nahrungsmittel handelt. Hülsenfrüchte sind sehr alte Pflanzen, die dank ihrer Fähigkeit, sich an unterschiedliche Böden und klimatische Bedingungen anzupassen, über die ganze Welt verbreitet ist. Sie sind schützende Lebensmittel, die für den Menschen sehr nützlich sind und auch wegen ihres Nährwerts besonders geschätzt werden.

... jetzt spielen wir!!!

Wählt einen historischen Zeitraum und führt eine Untersuchung über den Gebrauch und den Verzehr von Hülsenfrüchten in diesem Zeitraum durch, wobei ihr in maximal 15 Zeilen die gesammelten Informationen über die Arten der verzehrten Hülsenfrüchte und deren Verzehr angebt. Stellt (durch ein Gemälde, eine Skulptur, eine Zeichnung, ein Poster usw.) ein Subjekt dar, das die gewählte historische Epoche symbolisiert (eine Szene, ein Objekt, ein Teller, eine Figur usw.); verwendet für die Komposition alle Arten von getrockneten Hülsenfrüchten, die ihr finden könnt, und listet sie auf demselben Blatt der Geschichte auf.





#### VERTIEFUNG DER KULINARISCHEN KULTUR ROMS

Ein historischer Bezugspunkt für römische Rezepte ist die *DE RE COQUINARIA* von Marco Gavio Apicio (25 v. Chr.) - 37 n. Chr.), ein in 10 Büchern unterteiltes Werk, das sich mit den kuriosesten Zutaten und Techniken der Handhabung und Verarbeitung von Lebensmitteln befasst. Jedes Buch ist bestimmten Sektoren der Gastronomie gewidmet, mit insgesamt 480 Rezepten; das Fünfte Buch ist den Hülsenfrüchten gewidmet. Hier ist zum Beispiel das Rezept für die Zubereitung von 'Piselli Vitelliani' (benannt nach dem Kaiser Vitellio) oder 'Vicias Fabas' (=Ackerbohne): 'Koche deine Erbsen und bearbeite sie. Zermahle

Pfeffer, Ligustikum, Ingwer und lege darauf das Eigelb, das du gekocht und hart gemacht hast, 90 g Honig, Soße, Wein und Essig. Gib alles in die Pfanne mit den gehackten Gewürzen. Füge Öl hinzu und bringe alles zum Kochen. Füge die Erbsen hinzu. Wenn sie sauer sind, füge Honig hinzu und serviere sie. Eine weitere Möglichkeit für Erbsen und Saubohnen: Mit Honig, Soße und gekochtem Most, Kreuzkümmel, Weinraute, Selleriesamen, Ilium und Wein hacken. Manipulieren. Mit gemahlenem Pfeffer und Fleischklößchen auf den Tisch bringen.'

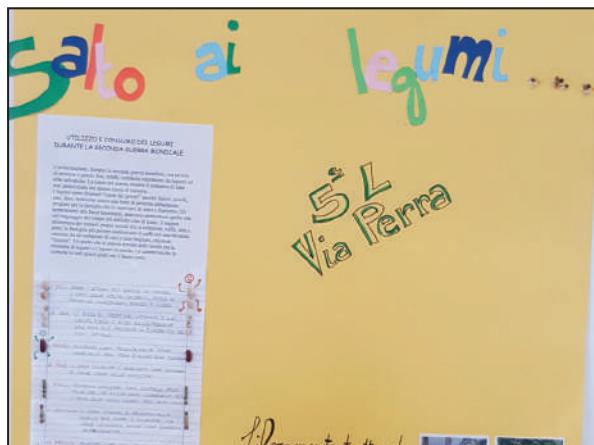
5 dell'Istituto Tondini di Codogno (LO)



4A, 4B e 5B della Scuola Primaria dell'IC G. Pascoli di Barga (LU)



1A e 2A del plesso Don V. Avallone del C.D. di Forio (NA)



5L dell'I.C. Sinnai 2 di Sinnai (CA)





gimastica artistica

# Künstlerische GiMastica

## DER TEST DER KLEINEN KÖCHE

Jeder weiß, dass der Verzehr von Obst und Gemüse gut für uns ist, aber nicht jeder weiß, warum. Ihre wohltuenden Eigenschaften sind nicht nur dem perfekten Gleichgewicht von Wasser, Zucker, Vitaminen und Mineralien zu verdanken, sondern auch den Ballaststoffen und einigen speziellen Substanzen, die eine Schutzwirkung ausüben und die pflanzlichen Produkte färben, wodurch auch charakteristische Geschmacks- und Duftstoffe entstehen!

Obst und Gemüse bilden einen wahren Regenbogen, jedes mit seinen eigenen Merkmalen; nur durch die Variation und Verbindung der verschiedenen Farben kann man den ganzen Reichtum an Aromen und Geschmäckern der Natur erleben.

2016

... jetzt spielen wir!!!

2017

Ab heute verwandelt sich die Klasse in ein Restaurant, dem ihr einen originellen Namen geben müsst und in dem ihr jeden Tag der Woche gemeinsam ein besonderes Gericht erfindet.

Jedes Gericht muss Obst und/oder Gemüse enthalten, das nur zu einer der 5 Gesundheitsfarben gehört.

Ihr müsst eine Farbe auf jeden Tag/jeden Gang abstimmen und vermeiden, sie in den folgenden Vor-

bereitungen zu wiederholen.

Von Montag bis Donnerstag werdet ihr also für jeden Tag eine der 5 Farben wählen, die immer unterschiedlich sind. Freitags könnt ihr sie alle nutzen! Hier sind die Gerichte, die man jeden Tag zubereiten muss:

- Montag - Vorspeise (z.B. rot)
- Dienstag - erster Gang (z.B. grün, usw.)
- Mittwoch - zweiter Gang
- Donnerstag - Beilage
- Freitag - künstlerische Komposition von Obst und/oder Gemüse, die in der Klasse gemacht wird.

Ein oder mehrere Kinder sollten dann, wenn möglich, zu Hause mit Hilfe der Familie den im Unterricht festgelegten Gang (Vorspeise, erster Gang, zweiter Gang, Beilage) zubereiten: Wäre es nicht toll, wenn sie auch die anderen Klassenkameraden davon kosten lassen könnten?

Der fünfte Tag ist der Schaffung einer künstlerischen Darstellung im Klassenzimmer gewidmet, die aus Obst und Gemüse aller Farben besteht.

**ACHTUNG**, bei der Zubereitung der Gerichte, nicht mit Gewürzen übertreiben und keinen Zucker hinzufügen. Das Menü muss wie in einem richtigen Restaurant in die Speisekarte eingetragen werden.



**2 del plesso "Santa Marta" dell'IC Capena di Capena (RM)**





# Snowborg

## SLALOM DER SINNE

Das Ministerium für kulturelles Erbe und Tourismus hat 2017 zum "Jahr der Dörfer in Italien" erklärt, um das künstlerische, natürliche und menschliche Erbe als eine Schlüsselkomponente des kulturellen und touristischen Angebots des Landes aufzuwerten.

"Die Dörfer, die über das Gebiet unserer Regionen verstreut liegen und reich an Geschichte, Kultur und Traditionen sind, sind der Eckpfeiler für das Wachstum eines nachhaltigen Tourismus, der in der Lage ist, authentische Erfahrungen für Besucher zu schaffen und eine harmonische Entwicklung der dort lebenden Gemeinschaften zu ermöglichen - sagte Minister Franceschini-. Das Jahr der Dörfer wird ein wichtiger Moment sein, um diese Realitäten zu fördern, die so viel zur Lebensqualität in unserem Land beitragen".

Die Schönheit unseres Territoriums ist jedoch nicht nur mit der architektonischen oder landschaftlichen Pracht verbunden, sondern wird durch die untrennbar Verbindung mit der lokalen Lebensmittelproduktion bereichert, die oft mit altem Wissen verbunden ist. Die typischen Produkte der Region sind in der Tat ein integraler Bestandteil der Erinnerung und des Reichtums des Territoriums, ein Erbe an Traditionen, Gesten und Zivilisation. Sie verleihen dem Territorium einen Mehrwert, aber auch unse-

rem Leben Wissen und Aromen. Deshalb müssen wir sie gut kennen lernen!  
... jetzt spielen wir!!!

Kinder, wie viel wisst ihr über euer Territorium und seine Produkte? Identifiziert ein Obst oder Gemüse unter den typischen Produkten eurer Region und wählt es vielleicht unter den weniger bekannten aus.

Nehmt es mit in den Unterricht und beschreibt alle Sinneswahrnehmungen, die es hervorruft, und teilt sie nach Sinnesorganen ein (Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten).

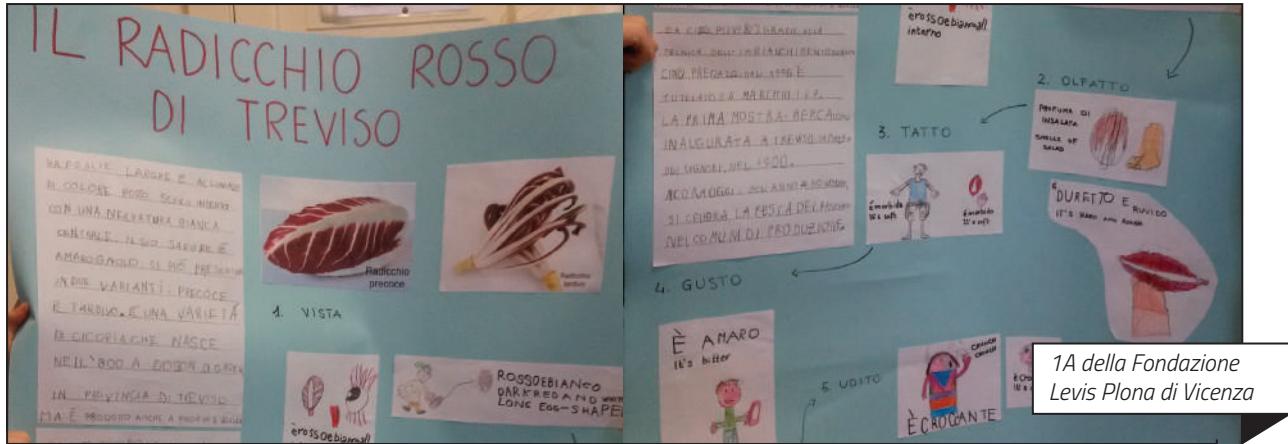
Erzählt dann die Geschichte in 20 Zeilen: von den Ursprüngen über die Anbaumethoden, wenn ihr sie für interessant haltet, bis hin zum Platz in den Sitten und Gebräuchen eures Territoriums. In wenigen Worten: Beschreibt seine Typizität.

Erstellt jetzt ein Poster, auf dem ihr die 20 Zeilen eintragt, und dann eine 5-Schritte-Route, die den 5 Sinnen entspricht. In jeder Etappe (d.h. in jeder Hinsicht) müsst ihr in der von euch bevorzugten Weise über die Wahrnehmungen berichten, die ihr erlebt habt (Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten).



2016

2017





# Frutball und Frutball 2

## TAGEBUCH DES OBST- UND GEMÜSEKONSUMS

**FRUTball** ist ein echtes Tagebuch über den Verzehr von Obst und Gemüse der gesamten Klasse über 5 Tage.

Ziel des wöchentlichen Tagebuchs ist es, die Obst- und Gemüseportionen, die von den Kindern und dem Lehrer im Unterricht verzehrt werden, über einen Zeitraum von fünf Tagen zu messen und anzuzeigen, um so eine abwechslungsreiche Ernährung zu fördern und eine ausgewogene Nährstoffversorgung sicherzustellen.

In diesem Fall ist das Tagebuch aus fünf Fußballfeldern aufgebaut: Jeden Tag der Woche (Montag bis Freitag) findet ein Spiel statt, bei dem die Obst- und die Gemüsemannschaften, die jeweils aus fünf Spielern bestehen, die jeweils eine der fünf Farben des Wohlbefindens repräsentieren, gegeneinander spielen. Bringt fünf Fußballfelder auf ein Poster, siehe Beispiel, und lasst der Kreativität und Originalität freien Lauf.

Schreibt an jedem Wochentag auf das Trikot des Spielers der richtigen Farbe die Gesamtzahl der Obst- oder Gemüseportionen, die von der Klasse vor den Mitschülern tatsächlich verzehrt wurden (wenn

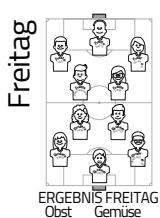
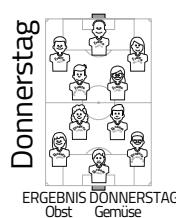
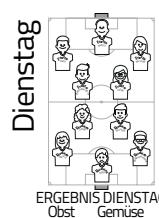
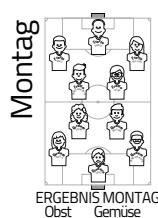
sie z.B. am Montag nur einen roten Apfel essen, schreibt die Zahl 1 auf das rote Trikot in die Hälfte der Früchte des Montagsspiels). Das Obst muss gegessen und nicht nur gekostet werden, um eine Portion zu bilden, wie der Lehrer und die Klassenkameraden bezeugen werden. Seid ehrlich!!!!

Da es mehr Kinder geben wird, die das gleiche Obst/Gemüse oder sogar Obst oder Gemüse der gleichen Farbe essen, schreibt die Summe des Obstes/Gemüses nur einmal, indem ihr die Anzahl der Portionen in der Zeichnung angebt. Wenn z.B. in einer Klasse mit 20 Kindern am Montag 15 rote Äpfel, 2 Erdbeeren und 3 eine Zucchini essen, müsst ihr die Zahl 17 in das rote Trikot des Obst-Halbfeldes schreiben, während ihr die Zahl 3 in das grüne Trikot des Gemüse-Halbfeldes schreiben müsst. Schreibt für jeden Tag das Ergebnis, d.h. die Summe aller Portionen Obst und aller Portionen Gemüse, neben das Feld des festgelegten Tages. Wie in der folgenden Zeichnung.

**Denkt daran, dass eine richtige Portion Obst etwa 150 g entspricht (1 mittelgroße Frucht oder zwei kleine Früchte), eine Portion Gemüse 250 g (1 Fenchel, 2 Artischocken ...) und eine Portion Salat 50 g.**

### SPIELFELD-BLATT

Zum Ausfüllen das Feld auf Seite 83 photokopieren.

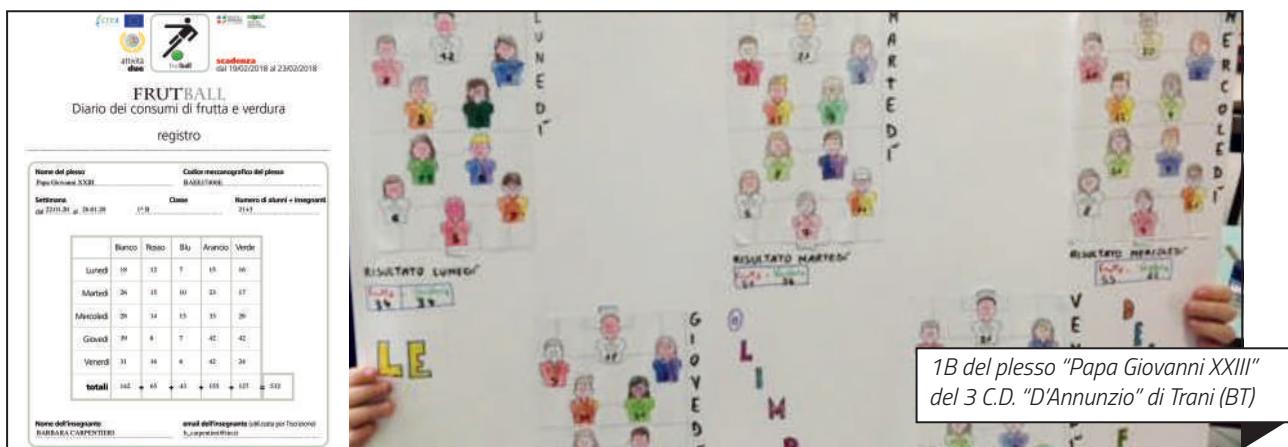


Beispiel für das Poster: Photokopiert das Fußballfeld 5 Mal, eine Kopie für jeden Tag, und klebt es auf ein einziges Poster mit Kennzeichnung des Referenztags

Hier sind einige Produkte und ihre Farben:

- **WEISS:** Bananen, Blumenkohl, Fenchel, Birnen, Lauch, weiße Rüben;
- **ROT:** Sauerkirschen, Wassermelone, Blutorange, Rotkohl, Kirschen, Erdbeeren, Himbeeren, rote Äpfel, Granatapfel, rote Paprika, Tomate, rosa Grapefruit, roter Radicchio, rote Rüben, Radieschen, Johannisbeeren;
- **BLAUVIOLETT:** violette Karotten, Feigen, Auberginen, Heidelbeeren, Brombeeren, Pflaumen, Radicchio, schwarze Johannisbeeren, Pflaumen, Weintrauben;
- **GELB-ORANGE:** Aprikosen, Orangen, Ananas, Karotten, Mango, Mandarinen, gelbe Äpfel, Melonen, gelbe Paprika, gelbe Pfirsiche, gelbe Grapefruit, Kürbis;
- **GRÜN:** Spargel, Brokkoli, Artischocken, Rosenkohl, Grünkohl, Gurke, Brunnenkresse, Kiwi, Endivie, Salat, grüne Äpfel, grüne Paprika, Erbsen, Rucola, Sellerie, Spinat, Trauben, Kohl, Zucchini.

**Frische Säfte, Smoothies und frisch Gepresstes** sind als gleichwertig mit einer Portion Obst und Gemüse zu betrachten. Zwiebeln sind nur gültig (und sind weiß oder rot), wenn sie als Beilage verzehrt werden. Fruchtsäfte, Eiscreme und Kartoffeln (die, wie wir erinnern, kein Gemüse sind) werden nicht als gültig für Tagebuchzwecke angesehen.





# Der Erinnerungs-Staffellauf

ENTDECKEN WIR DEN GESCHMACK ALTER UND MODERNER AROMEN WIEDER

Was sind die Früchte, die wir als "alt" bezeichnen? Geht einfach zwei Generationen zurück, und schon kann man von alten Früchten sprechen. Es mag überraschend klingen, aber es ist wahr. Die alten Früchte sind diejenigen, die in den letzten 30-40 Jahren aufgrund des Aufkommens verbesserter Sorten langsam und stillschweigend aufgegeben wurden.

Das Thema der alten Früchte ist umfangreich, komplex, auch weil man keine genaue Vorstellung von der Anzahl der vielen Sorten und Genotypen hat, die dazu gehören. In Italien ist das landwirtschaftlich interessante Sortenerbe dank der geologischen und agrarökologischen Heterogenität ausgesprochen reich; dennoch sind viele Sorten vor allem durch das Aufkommen produktiverer Sorten mit moderneren Eigenschaften (größere Früchte, mit leichterem Geschmack und widerstandsfähiger gegen Krankheiten) verloren gegangen.

Der Rosa Apfel, der Jelata-Apfel, der Diecio-Apfel, der Mai-Apfel, der Peperona-Apfel und der Weiße Apfel, die nach und nach durch die heute an den Marktständen vertretenen Sorten ersetzt wurden, haben charakteristische Aromen, unterschiedliche Reifezeiten und haben sich an bestimmte Klimazonen und Orte angepasst.

Die Figur des "bewahrenden" Landwirts erweist sich daher als unerlässlich, um den alten Früchten neues Leben einzuhauchen, denn dank seines Gedächtnisses ist es möglich, das Wissen über die Namen, die Verwendung und die agronomischen Aspekte dieser Produkte zurückzugewinnen.

Die Schönheit unseres Landes wird durch die untrennbare Verbindung mit der lokalen Nahrungsmittelproduktion bereichert, die oft mit altem Wissen verbunden ist. Die typischen Produkte der Region sind in der Tat ein integraler Bestandteil der Erinnerung und des Reichtums des Territoriums, ein Erbe an Traditionen, Gesten und Zivilisation.

Sie bringen jeder Region einen Mehrwert, aber auch Wissen und Lebendigkeit in unser Leben. Deshalb müssen wir sie gut kennen lernen!



... jetzt spielen wir!!!

Kinder, wie viel wisst ihr über euer Land und habt ihr aus den Geschichten eurer Familie gelernt?

**Redet zu Hause** mit einer älteren Person und fragt sie:

- welches alte Obst oder Gemüse sie zu essen pflegte oder aus überlieferten Erzählungen kannte
- wie diese alten Nahrungsmittel gegessen wurden;
- was ein typisches Rezept war, bei dem das genannte Obst oder Gemüse als Hauptzutat verwendet wurde.

Wenn möglich, versucht gemeinsam mit eurer Familie das Gericht so zu kochen, wie es früher zubereitet wurde und fotografiert es.

#### Im Unterricht:

- Vergleicht mit den Klassenkameraden, welche Art von altem Obst und Gemüse zur Zeit eurer älteren Familienmitglieder zubereitet, gekocht und gegessen wurde.
- Bringt auf einem ersten Poster die überlieferte Geschichte (nicht mehr als 20 Zeilen) über das alte Obst oder Gemüse, das gewählte alte Rezept und eventuelle Fotos des zubereiteten Gerichts an.
- Recherchiert dann die typischen Produkte eurer Region von heute und erzählt davon in nicht mehr als 20 Zeilen: von den Anbaumethoden bis zu den Sitten und Gebräuchen eures Territoriums.
- Bringt auf ein zweites Poster die durchgeföhrten Recherchen an und stellt eure Region dar, mit den typischen Produkten von heute, gemalt, aus Zeitungen und Zeitschriften ausgeschnitten oder von euch auf dem Markt fotografiert.

2017

2018





# Maskarate

SAISONABHÄNGIGKEIT DER PRODUKTE, MIT VIEL PHANTASIE

Seit dem Altertum wurde den Produkten der Erde große Aufmerksamkeit geschenkt und darauf geachtet, das maximale Potenzial der Erde zu nutzen. Die verschiedenen Aussaat- und Erntezeiten, die fruchtbarsten Böden für eine bestimmte Plantage und die beste Wetterexposition waren bekannt. In Italien wird dank des besonders günstigen Klimas eine beständige Obstsorte angebaut und konsumiert.

Klima und Natur ermöglichen es uns, Monat für Monat über eine reiche Auswahl an Produkten zu verfügen, die den Geschmacksbedürfnissen voll und ganz gerecht werden und die Möglichkeit einer abwechslungsreichen Ernährung und einer Versorgung mit Vitaminen und Mineralien bieten, die für einen ausgewogenen Gesundheitszustand unerlässlich sind. Wenn man die Saisonabhängigkeit respektiert, kann man schmackhafteres Obst und Gemüse essen, weil es - zur vollen Reife gebracht - einen definitiv intensiveren Geschmack besitzt.

Heute ist der Markt in der Lage, das ganze Jahr über eine größere und vielfältigere Vielfalt an frischem Obst und Gemüse anzubieten. Dies ist nicht nur auf Innovationen in den landwirtschaftlichen Produktionsmethoden zurückzuführen, sondern auch auf die Einführung neuer Systeme zur Konservierung und Verarbeitung von Produkten in den letzten Jahren, die darauf abzielen, die Eigenschaften des Produkts unverändert zu lassen.

Teilt die Klasse in vier Gruppen ein, die jeweils mit einer Jahreszeit kombiniert sind: Frühling, Sommer, Herbst, Winter. Wenn die Aktivität mit der Karnevalszeit zusammenfällt, kann jede Gruppe ein Kostüm oder eine Maske entwerfen oder das gewählte Produkt ihrer Jahreszeit physisch darstellen. Ihr könnt alle bevorzugten Materialien und Techniken verwenden und entscheiden, ob sich jedes Kind verkleidet, ob sie ein einzelnes Kostüm herstellen oder das gewählte Obst oder Gemüse physisch dreidimensional darstellen wollen.

**Diejenigen, die Teil der Wintersaison sind**, können sich verkleiden oder ein Produkt wie Äpfel, Klementinen, Kiwis, Kohl, Fenchel usw. darstellen.

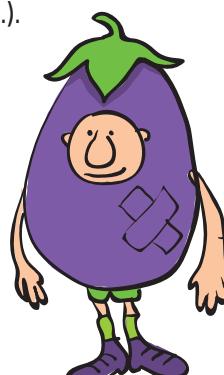
**Diejenigen, die Teil der Frühjahrssaison sind**, können sich verkleiden oder ein Produkt wie Karotte, Orange, Zitrone, Kirsche, Mispel usw. darstellen.

**Diejenigen, die Teil der Sommersaison sind**, können sich verkleiden oder ein Produkt wie Aprikose, Erdbeere, Pfirsich, Paprika, Tomate, Zucchini usw. darstellen.

**Diejenigen, die Teil der Herbstsaison sind**, können sich verkleiden oder ein Produkt wie Feigen, Trauben, Kaki, Kürbis, Blumenkohl, Aubergine usw. darstellen.

Auf einem Poster können dann angebracht werden:

- die Namen der vier ausgewählten Früchte oder Gemüse;
- ihre Zeichnungen;
- ihre Merkmale (z.B. Farbe, Geschmack, Aroma, Herkunftsgebiet...).





3A e 3B della Scuola Primaria San Foriano, I.C.  
"San Pietro in Cariano" di San Pietro in Cariano (VR)



4D della Scuola Primaria F.lli Beguinot, I.C. Paliano di Paliano (FR)

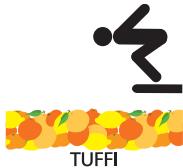


4A del plesso Parisi  
IC Parisi di Foggia



3B e 3C del plesso Don Milani, D.D.  
Statale 1 Circolo Villabate di Villabate (PA)





# Ein Bad in den Zitrusfrüchten

## DER TISCH DER "SINNE"

Wenn es einen Pflanzenmarathon gäbe, würde die Goldmedaille wahrscheinlich an Zitrusfrüchte gehen. Diese immergrünen Bäume oder Sträucher mit ihren oft duftenden Blüten und Früchten, die reich an Zucker, Mineralien und Vitaminen sind, haben die ganze Welt erobert, um die entferntesten Orte zu erreichen und sich auf allen Kontinenten zu akklimatisieren. Ihre Reise zur Eroberung des Planeten begann im dritten Jahrtausend v. Chr. von China aus, ihrem ursprünglichen Land.

Zitrusfrüchte sind eine wichtige Gruppe von Pflanzen mit essbaren Früchten, zu denen Orange, Mandarine, Zitrone, Zitronatzitrone und Grapefruit gehören. Ursprünglich aus Ostasien stammend, haben sie sich nach langen spontanen oder von Menschen verursachten Ortswechseln in allen milden Klimazonen der Welt niedergelassen, und gerade in diesen "warmen Herzen" haben sie ihren natürlichen Lebensraum gefunden. Zitrusfrüchte sind eine ausgezeichnete Frucht, die es Kindern ermöglicht, einen Weg zu beschreiten, der ihnen die Erkundung der fünf Sinne erleichtert.

**"Die Anregung und Verfeinerung der Sinne erweitert das Wahrnehmungsfeld jedes Kindes, indem sie eine immer solidere und reichere Grundlage für die Entwicklung der Intelligenz schaffen (M. Montessori, 1870-1952)**

... jetzt spielen wir!!!

Bringt verschiedene Arten von Zitrusfrüchten (Orange, Zitrone, Mandarine) in die Klasse 3 und baut einen sensorischen Pfad auf, indem ihr 5 Stationen anlegt, die jeweils einen der 5 Sinne (Geschmack, Geruch, Sehen, Tasten und Hören) repräsentieren. Jede Station muss die drei Zitrusfrüchte zur Verfügung haben, damit sie mit dem zugewiesenen Sinn beobachtet und analysiert werden können, indem alle Sinneswahrnehmungen beschreiben werden, die sie hervorrufen.

Zeichnet nach Abschluss des sensorischen Pfades eine Zitrus-Ausweis auf ein einzelnes Poster. In jeder von ihnen findet ihr, wie bei einem echten Ausweis, das Foto der Zitrusfrucht (vielleicht von euch gezeichnet!), den Namen, die Merkmale und natürlich die Beschreibung der 5 Sinne. Jetzt wird euer Klassenzimmer zu einem echten Restaurant! Bereitet ein Gericht zu, bei dem die Hauptzutat eine der Zitrusfrüchte ist, die ihr zuvor analysiert habt. Ein oder mehrere Kinder sollten, wenn möglich, zu Hause mit Hilfe der Familie das im Unterricht erdachte Gericht zubereiten: Wäre es nicht toll, wenn sie auch die anderen Klassenkameraden davon kosten lassen könnten? Achtung, bei der Zubereitung der Gerichte, nicht mit Gewürzen übertreiben und keinen Zucker hinzufügen.



2017

2018

**CARTA D'IDENTITÀ**  
COPPIE DI:  
1. BUDRIO  
2. CAGNACCIO MONTEZZO  
3. NOME: LIMONCINO  
4. luogo di nascita: ANAFI  
5. caratteristiche: ASPREZZISSIMO  
6. data di nascita: OGNI MARZO

**PER LA VISTA:** HA UNA FORMA ALLUNGATA E DI COLORE GIALLO  
**PER IL TATTO:** HA LA SCORZA DURA E RUVIDA  
**PER L'OLFATTO:** PROFUMATISSIMO  
**PER L'UDITO:** NON FA SUONARE  
**PER IL GUSTO:** MOLTO ASPRO E ACIDO

**INSALATA DI FINOCCHI, ARANCE E NOCI**

**Ingredienti per 4 persone:**  
• 4 finocchi  
• 3 arance  
• 6 noci

Lavare 4 finocchi; stirciare 3 arance. Tagliare a cubetti le arance. Tagliare i finocchi a fettine sottili. Unire arance, finocchi e noci, condire con olio, sale e pepe e guarnire.

**CARTA D'IDENTITÀ**  
COPPIE DI:  
1. POMODORO  
2. CAGNACCIO MONTEZZO  
3. NOME: IVO  
4. luogo di nascita: SICILIA  
5. data di nascita: METÀ DI DICEMBRE  
6. caratteristiche: Molto dolce

**CON LA VISTA:** FERMA L'UNA - CONVERZIA MICRO-PICCOLA - CALORE  
**ACQUAZZONICO**  
**CON IL TATTO:** MORBIDO - LEGGERAMENTE RUVIDO  
**CON L'OLFATTO:** HA UN PROFUMO DULCE E PIU' UNICO  
**CON L'UDITO:** NON TA' ZUMORE  
**CON IL GUSTO:** E' DOLCE E DELIZIOSO

Scuola Fedra Servetti Donati - Direzione Didattica di Budrio di Budrio (BO) classe 2^A



**UN TUFO TRA GLI AGRUMI**

**Scuola Primaria F.lli Be-guinot - I.C. Paliano di Paliano (FR)**

**AL LIMONE**

**PREPARAZIONE**

**3B del Plesso Rodari - I.C. Cilea - Mameli di Caivano (NA)**

**Risotto all'Arancia**

**2B del Plesso Mattarella - I.C. Tomasi di Lampedusa di Gravina di Catania (CT)**



TRIATHLON  
ARTISTICO

# Künstlerischer Triathlon

## DIE FARBEN EURER REGION

„Wählt Obst und Gemüse in allen Farben, um Gerichte mit Geschmack und Gesundheit zu bereichern.“

Dies sollte die erste Regel sein, die bei der Auswahl dessen, was wir auf den Tisch bringen, befolgt werden sollte: reichlich Gemüse- und Obstportionen, je nach Farbvielfalt und Saisonalität.

Obst und Gemüse kann einen echten Regenbogen bilden, nicht nur in Bezug auf die Farben, sondern auch in Bezug auf den Geschmack und die Düfte, die sich voneinander unterscheiden.

... jetzt spielen wir!!!

Denkt über eure Region nach und findet fünf Obst- und Gemüsesorten, die in eurer Region angebaut werden.

2018

2019



Das ist nicht schwer!

Findet einfach ein Produkt für jede der 5 Gesundheitsfarben (rot, grün, blau-violett, gelb-orange und weiß).

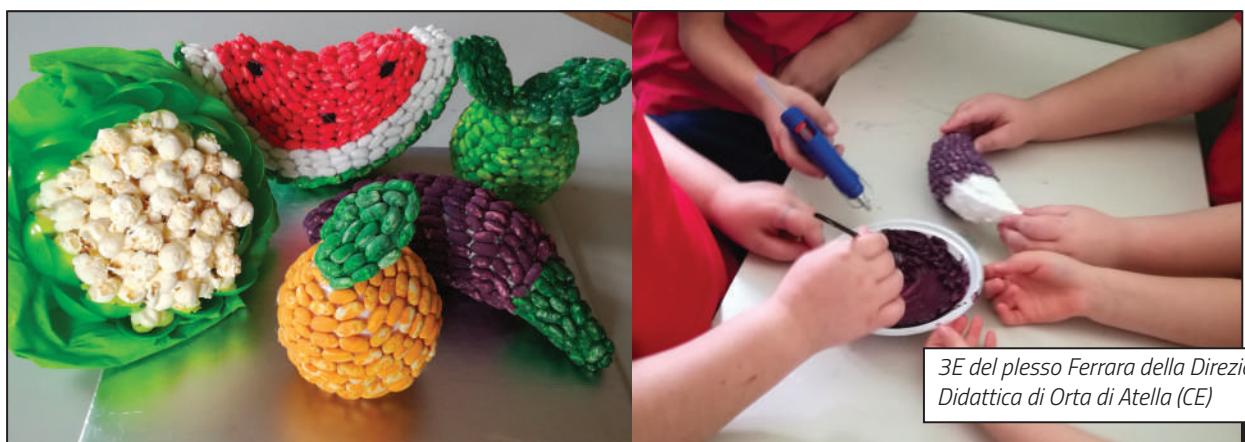
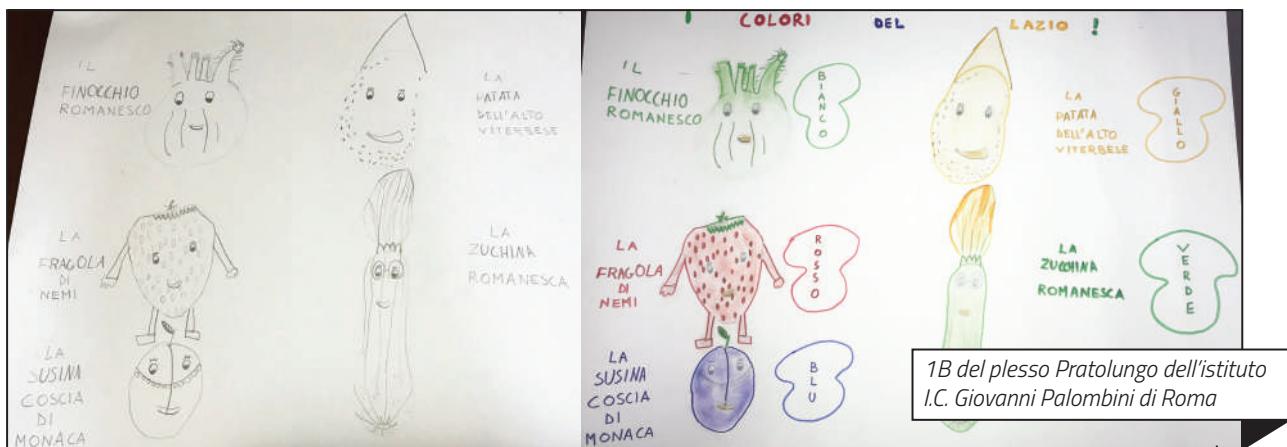
Stellt jetzt die von euch gewählten Produkte durch die von euch bevorzugte Technik dar:

- zeichnerisch (Aquarell, Farben, Buntstifte...);
- literarisch (eine Geschichte, ein Gedicht, ein Kinderlied...);
- dreidimensionale Darstellung (Skulptur, Das-Technik, Holztechnik, Skulptur durch recycelte Materialien...).

Ihr könnt nun andere Klassen in den von euch gewählten Genres herausfordern, aber vergesst nicht, zuerst eine Jury zu ernennen!

Hier sind einige Produkte und ihre Farben:

- **WEISS:** Bananen, Blumenkohl, Fenchel, Birnen, Lauch, weiße Rüben;
- **ROT:** Sauerkirschen, Wassermelone, Blutorange, Rotkohl, Kirschen, Erdbeeren, Himbeeren, rote Äpfel, Granatapfel, rote Paprika, Tomate, rosa Grapefruit, roter Radicchio, rote Rüben, Radieschen, Johannisbeeren;
- **BLAUVIOLETT:** violette Karotten, Feigen, Auberginen, Heidelbeeren, Brombeeren, Pflaumen, Radicchio, schwarze Johannisbeeren, Pflaumen, Weintrauben;
- **GELB-ORANGE:** Aprikosen, Orangen, Ananas, Karotten, Mango, Mandarinen, gelbe Äpfel, Melonen, gelbe Paprika, gelbe Pfirsiche, gelbe Grapefruit, Kürbis;
- **GRÜN:** Spargel, Brokkoli, Artischocken, Rosenkohl, Grünkohl, Gurken, Brunnenkresse, Kiwi, Endivie, Salat, grüne Äpfel, grüne Paprika, Erbsen, Rucola, Sellerie, Spinat, Trauben, Wirsing, Zucchini.







# SONDERBEREICH KREATIVITÄT





# Puzzle Fruit

Liebe kleine Obst-Olympia-Athleten, seid ihr bereit für einen weiteren Wettbewerb?

Hier ist eine weitere spannende Herausforderung. Aber keine Sorge: es ist ganz einfach!!!

Die ganze Klasse muss sich für eine einzige Obst-/Gemüseart entscheiden und sie muss diese KÖRPERLICH darstellen.

Das bedeutet, dass sich die Gruppe der Kinder so anordnen muss, dass sie das gewählte Produkt dreidimensional rekonstruiert und mit ihrem Körper dazu beiträgt, dass das Obst/Gemüse in Form und Farbe dem realen möglichst nahe kommt. Mit den Fotos eurer Kompositionen könnt ihr einen Kalender erstellen, der der richtigen Saisonalität folgt.

2014  
—  
2015



## **Sonderpreis "Freunde der Natur"**



## **Sonderpreis "Freunde der Natur"**



4B della Scuola Primaria S. G. Bosco dell'I.C. S. G. Bosco-Manzoni di  
Sannicandro (BA)



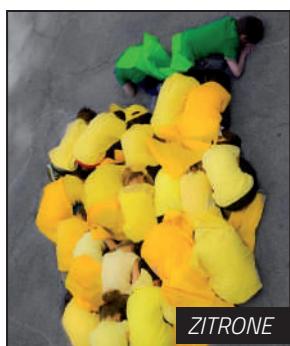
1A della Scuola Primaria "A.  
Bartolozzi" dell'I.C. Pescia 2 di  
Uzzano (PT)



3A della Scuola Primaria "Don  
G. Calabria" dell'IC NOGARA di  
Nogara (VR)



1A del plesso Morandi-Case FIAT  
dell'I.C. Piossasco 2 di Piossasco  
(TO)



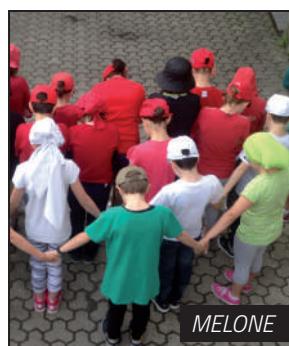
2A del plesso "V. de Gasperi"  
dell'I.C. Follo di La Spezia



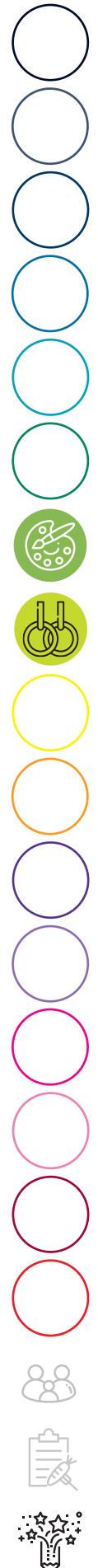
3B della Scuola Primaria "Don  
G. Calabria" dell'IC NOGARA di  
Nogara (VR)



4B del plesso P. De Curtis de  
l'I.C.S. Bellizzi di Bellizzi (SA)



4B della Scuola Primaria A.  
Manzoni dell'I.C. Via Sauro Verano  
Brianza (MB)





# ***Champion spot video fruit***

Die ganze Klasse muss EIN Obst/Gemüse auswählen und dieses in einem Werbespot präsentieren, der der Obst-Olympiade gewidmet ist.

Das Video darf eine Gesamtdauer von höchstens zwei Minuten und eine maximale Größe von 200 Mb haben. Ihr müsst eine Geschichte darstellen, die von einem Schulfach inspiriert ist. Der Kontext kann wissenschaftlich, historisch, literarisch, geographisch usw. sein.

Bleibt nicht einfach bei "ein Apfel am Tag hält den Arzt fern", sondern lasst eurer Fantasie freien Lauf!

Ihr könntet zum Beispiel erzählen, wie Einstein die Relativitätstheorie durch den Verzehr eines Wundergemüses entwickelt hat.

Die Frucht/Gemüse muss physisch durch ein oder mehrere Kinder dargestellt werden, die in Form und Farbe der realen Frucht so nahe wie möglich kommen.

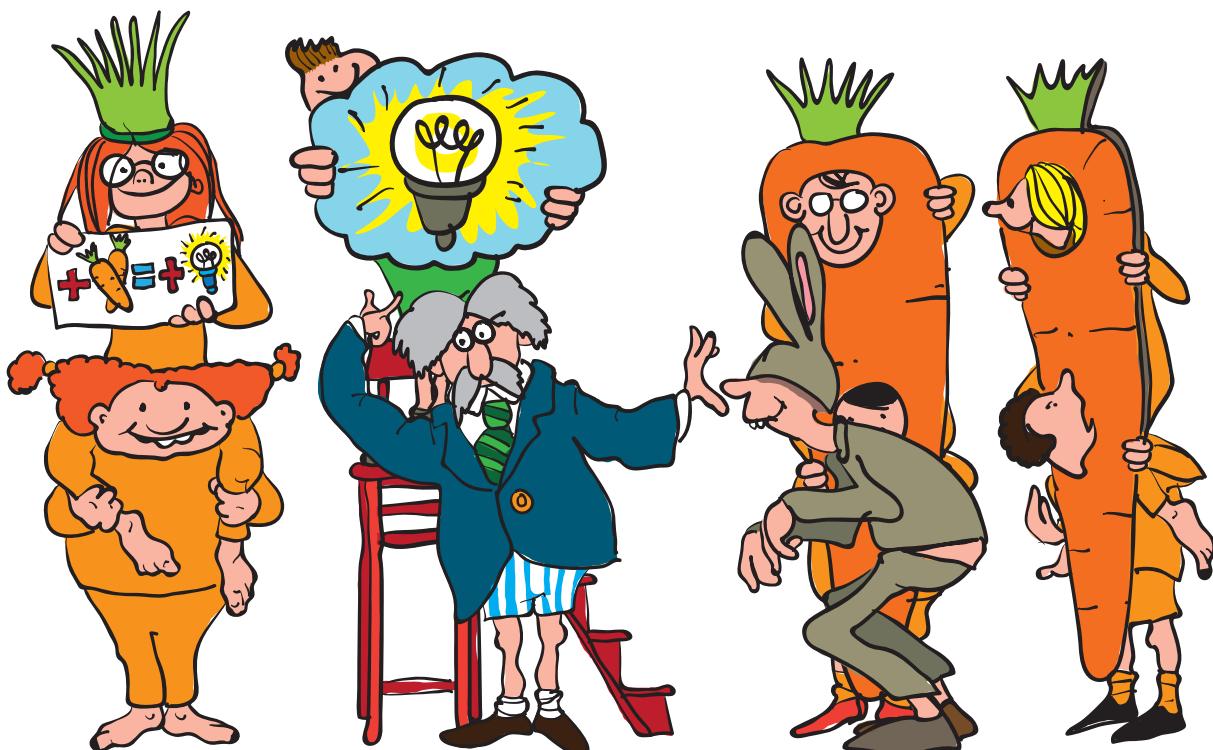
Das Video kann dem Rest der Schule bei einer besonderen Veranstaltung gezeigt werden.

# **PREMIO CREATIVITÀ**

## **Champion spot video fruit**

2015

2016





## **Sonderpreis "Shakespeare"**





# Kunst durch Essen

Das Ministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Forstwirtschaft und das Ministerium für Kulturerbe und Tourismus haben 2018 zum nationalen Jahr der italienischen Lebensmittel ausgerufen.

Es wurden Initiativen aktiviert, um die historischen ländlichen Landschaften und die Versorgungsketten bekannt zu machen und zu fördern, mit einem besonderen Schwerpunkt auf dem Thema der Lebensmittelverschwendungen, wobei die Anerkennung der Lebensmittel als immaterielles Gut durch die UNESCO, wie z.B. die Mediterrane Ernährung, betont wird.

Das Essen hat in Kunstwerken aller Epochen schon immer eine ganz besondere Rolle gespielt; es ist eines der Themen, die Künstler schon immer fasziniert haben. Von den Jagdszenen mit prähistorischen Malereien über pompejanische und byzantinische Mosaiken bis hin zu den berühmtesten Werken der Renaissance wie "Das letzte Abendmahl" hat das Essen immer einen wichtigen Platz eingenommen, um dem Betrachter die Natur des Gemäldes, den sozialen Status seiner Protagonisten und den Schauplatz der Szene zu vermitteln.

...und jetzt lasst uns kreativ werden!!

Es ist die Kunst, die als erste den kulturellen Wert des Essens anerkennt, seinen symbolischen, sozialen, kollektiven und lebenswichtigen Wert, von der Vorgeschichte über die griechisch-römische Epoche bis zum Barock und der Gegenwart.

Wählt eine historische Epoche (Altertum, Mittelalter, Moderne, Gegenwart usw.) und führt eine Recherche über die Gemälde oder Darstellungen der gewählten Epoche durch, in denen Obst und Gemüse, getrennt oder zusammen, oder noch besser, in eine künstlerische Szenerie eingefügt, dargestellt werden. Wenn Ihr euch für ein Werk entschieden habt, dann reproduziert es mit eurer bevorzugten Technik (Tempera, Aquarell, Bleistift, Mosaik, Collage, Pappmaché usw.).

Gebt nach der Anfertigung auch den historischen Zeitraum an, auf den es sich bezieht, sowie den Namen des Autors (falls bekannt) und die verwendete Technik.

Jetzt seid ihr bereit für eine Ausstellung!



2017

2018



## **Sonderpreis “per...bacco!”**



1B del plesso Scuola Primaria Pascoli dell'IC De Amicis Busto Arsizio di Busto Arsizio (VA)



# Snowborg

Wählt ein Dorf, ein Stadtviertel, einen Fremdenverkehrsort eurer Region und erstellt eine touristische Route, die die Begegnung zwischen der Kultur (Landschaft, kulturelles und gastronomisches Erbe usw.) und typischen Produkten eurer Region ermöglicht, wobei ihr daran denken müsst, dass ein typisches Produkt nicht nur mit der gastronomischen Tradition verbunden ist, sondern das kulturelle Erbe eines bestimmten Gebietes definiert.

Der Straße des Dorfes, des Stadtviertels oder des Fremdenverkehrsortes folgend, erstellt ihr eine

echte Route, die die historischen Denkmäler oder Landschaften mit dem zuvor gewählten typischen Produkt verbindet.

Erstellt dann einen Reiseführer, in dem die Route und die Beschreibung der Strecke eingezeichnet sind: ein Führer, der von Kindern für Kinder erstellt wurde, um das Wissen über das eigene Gebiet und seine Geschichte zu entwickeln.

Ihr könnt ihn nun dem territorialen Ansprechpartner des Fremdenverkehrsamts zeigen. Warum nicht?

2016  
2017



**Il castello di Barga** è la fortezza principale della città. Nel XII secolo venne edificato un primo nucleo, molti e sostanziosamente nel XIII secolo. Sotto le sue mura e nei vicini dintorni vi sono allineamenti di agri. Perdendo l'antico è un altro prodotto tipico che viene fatto soprattutto d'estate, durante la festa "Delle pietanze" sui fornelli tipici della zona.

**L'antico bo**

Alcune piazze e palazzi storici di Barga scelti da noi bambini come tappa per degustare i nostri prodotti tipici.

**Piatto tipico**

Le porte di Barga: porta Reale e porta Nuova. La porta Reale è il portale principale chiamato il "Portone", la seconda del borgo che si apre verso l'alto dove nasce il fiume Serchio. Nell'abitato antico sono presenti altre portonate e di semidivorzio mentre è soprattutto fama e grazia.

**La seconda porta** è l'antica strada al fiume perché attraversa il Nord e prosegue verso l'Alpe dove altre popolazioni e di semidivorzio nascono e soprattutto fama e grazia.

**Piazza Appio:** Antica strada del Difensore sul 1685. Anticamente nell'area c'era una battuta contraddistinta dagli abitanti come "la strada degli insuccessi".

**Piazza del Comune, Palazzo Vecchio e caffè Capponi.** Nella piazza del Comune si trova la colonna medievale, eretta in onore della vittoria sui saraceni.

**5A della Scuola Primaria Barga dell'Istituto Comprensivo Giovanni Pascoli di Barga (LU)**

## Sonderpreis "Pop-up"

**CONSIGLIATO DALLE ALUNNI DI 3A + 3B SCUOLA PRIMARIA 5 FILI CENTRO**

**1. MOLLE E CERCHIETTI**  
Un fiume a San Fili è grande, si face con le nevi ghiacciate prese dalla montagna e mescolata con miele di Fuci. Oggi può gustare tutte le varietà di fuci e molle di Fuci nella stazione gelateria Passalacqua.

**2. CAVOLO ROSSO**  
In passato era il centro dei trasporti e il porto delle pietre per le costruzioni, oggi è un luogo di svago. Oggi può passeggiare lungo le rovine delle mura della primitiva chiesa di San Giacomo.

**3. TRANSFORMAZIONE FORMAGGIO**  
In passato era il centro dei trasporti e il porto delle pietre per le costruzioni, oggi è un luogo di svago. Oggi può passeggiare lungo le rovine delle mura della primitiva chiesa di San Giacomo.

**4. CALOPPOZEDO**  
In passato era il centro dei trasporti e il porto delle pietre per le costruzioni, oggi è un luogo di svago. Oggi può passeggiare lungo le rovine delle mura della primitiva chiesa di San Giacomo.

**5. CAVOLO MASTRO**  
Cavolo di Fuci fa parte della tradizione cristiana. È il simbolo dei doni delle terre prese dal popolo cristiano.  
Un cibo da sopravvivenza di Dio sempre mangiare la metà del cibo?

**6. CAVOLO E PANE DI FUCI**  
Fuci ha bisogno di Ag. Ligi vi insegnano ad intrattenere veneti per non farli uscire. I veneti sono invasori, indossando i pantaloni per riconoscere ed uccidere i fuchi.

**7. CAVOLO E PANE DI FUCI**  
Fuci dopo che fuci Passalacqua si mette a fare il pane di fuci come fuci fuci da fare una regola di vita.

**8. PALAZZO STORICO**  
L'ultimo solo sfarzo dei cardinali nel 1800 appartenente alla famiglia dei Passalacqua, dove furono uffici di fuchi delle rovine.

**3A e 3B della Scuola Primaria San Fili dell'IC San Fili di San Fili (CS)**

## Sonderpreis "Grand Tour in rima"

**IL FORMAGGIO BRA**  
Bra, per la sua vecchiaza di cento anni, è un formaggio di latte vaccino, nelle sue varianti TENERO o DURÒ. Potrebbe essere gratuito a Garibaldi che se lo fece spedire a Caprera.

**LA SALSAICIA DI BRA**  
È preparato prevalentemente con carne di vitello secondo decreto reale di Carlo Alberto per soddisfare le richieste della comunità ebraica della vicina Cherasco. Si consuma cruda e si vende a salsicce o a metà, e si trova solo a Bra.

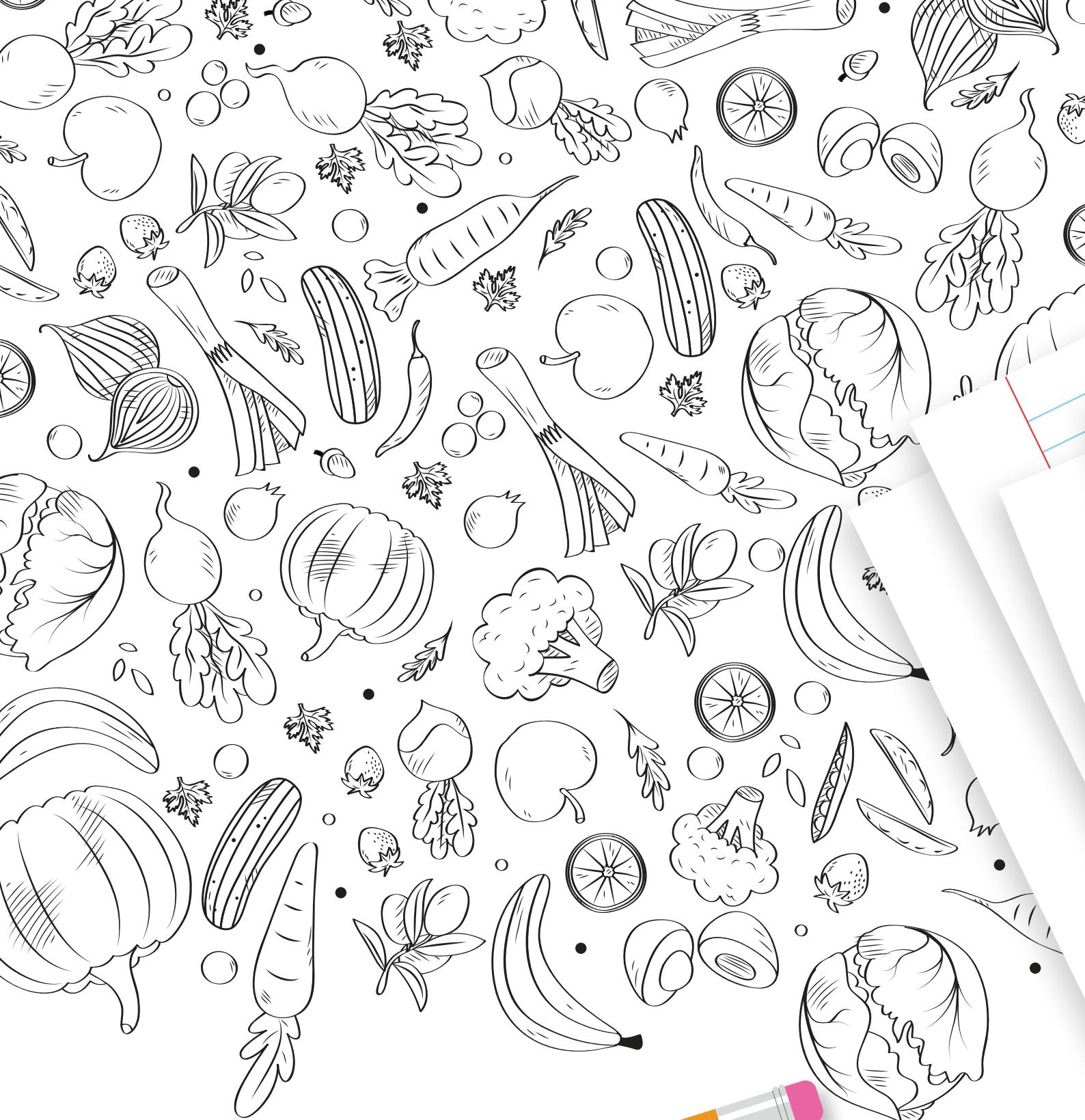
**IL PANETTONE DI BRA**  
Si tratta di un pane tipico, che ha particolarmente di utilizzare lievito naturale e lunghi tempi di lievitazione (15 ore). Per questi motivi è particolarmente profumato, digeribile e duraturo. La farina è prodotta direttamente dai pastificatori, nell'ottica della filiera corta.

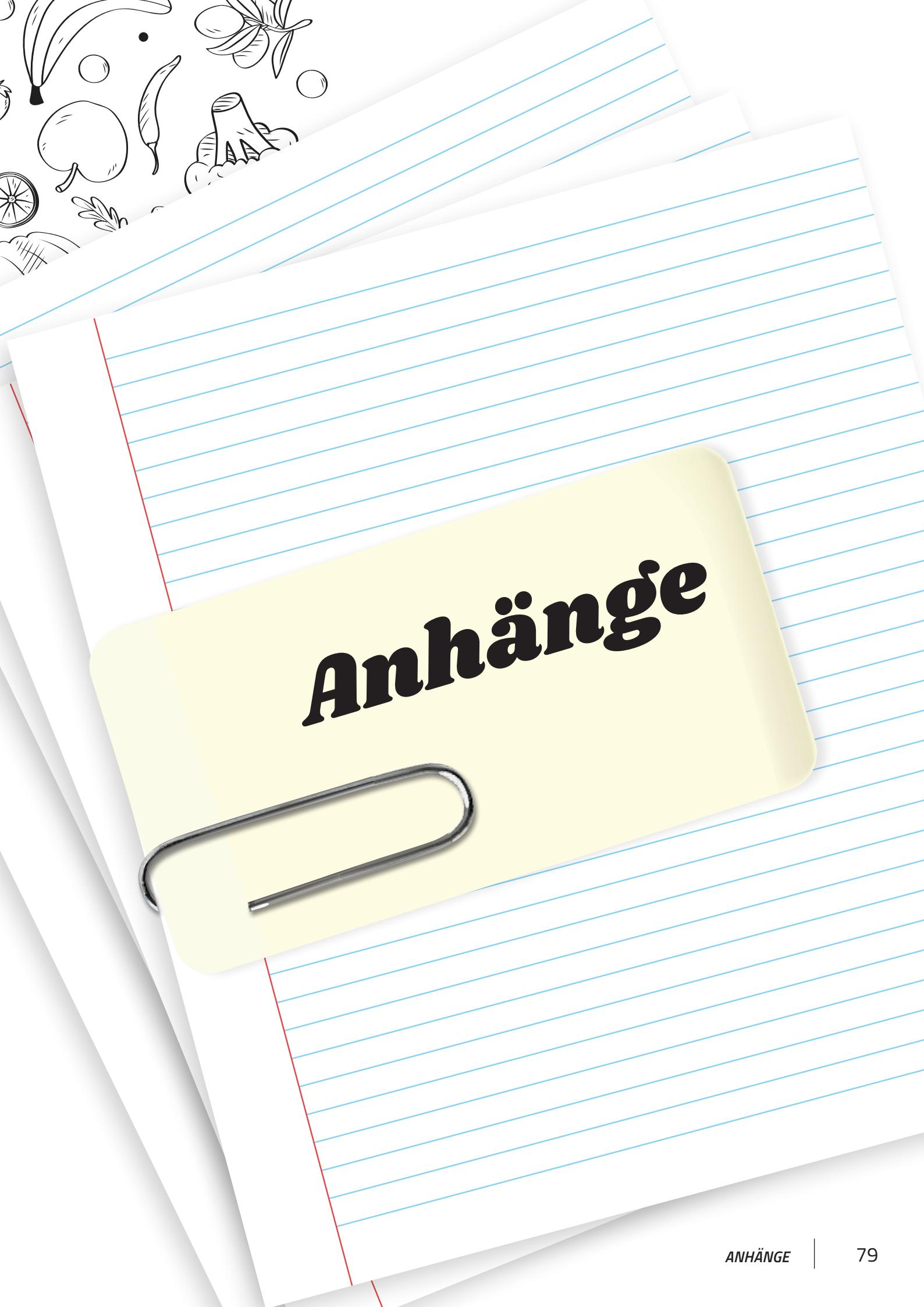
**GLI ORTI DI BRA**  
A Bra nasce il MAC d' BRA, panino fatto con pane e lunga lievitazione (Pan de Bra), che ricopre la tipica salsaiccia di vitello, in versione cruda o cotta, il formaggio di capra, la zucchiera e cestello (Bra dop) e la BISCOTTO PROVENIENTE dagli orti. (Significa "solo (mac) di Bra perché unisce i quattro prodotti tipici.)

**LA ZEPPE**  
È un piatto tipico di Bra, composto da farina, uova, latte, formaggio e spezie.

**La nostra scuola**

**2A e 2B del plesso Don Milani della Direzione Didattica Secondo Circolo Bra di Bra (CN)**



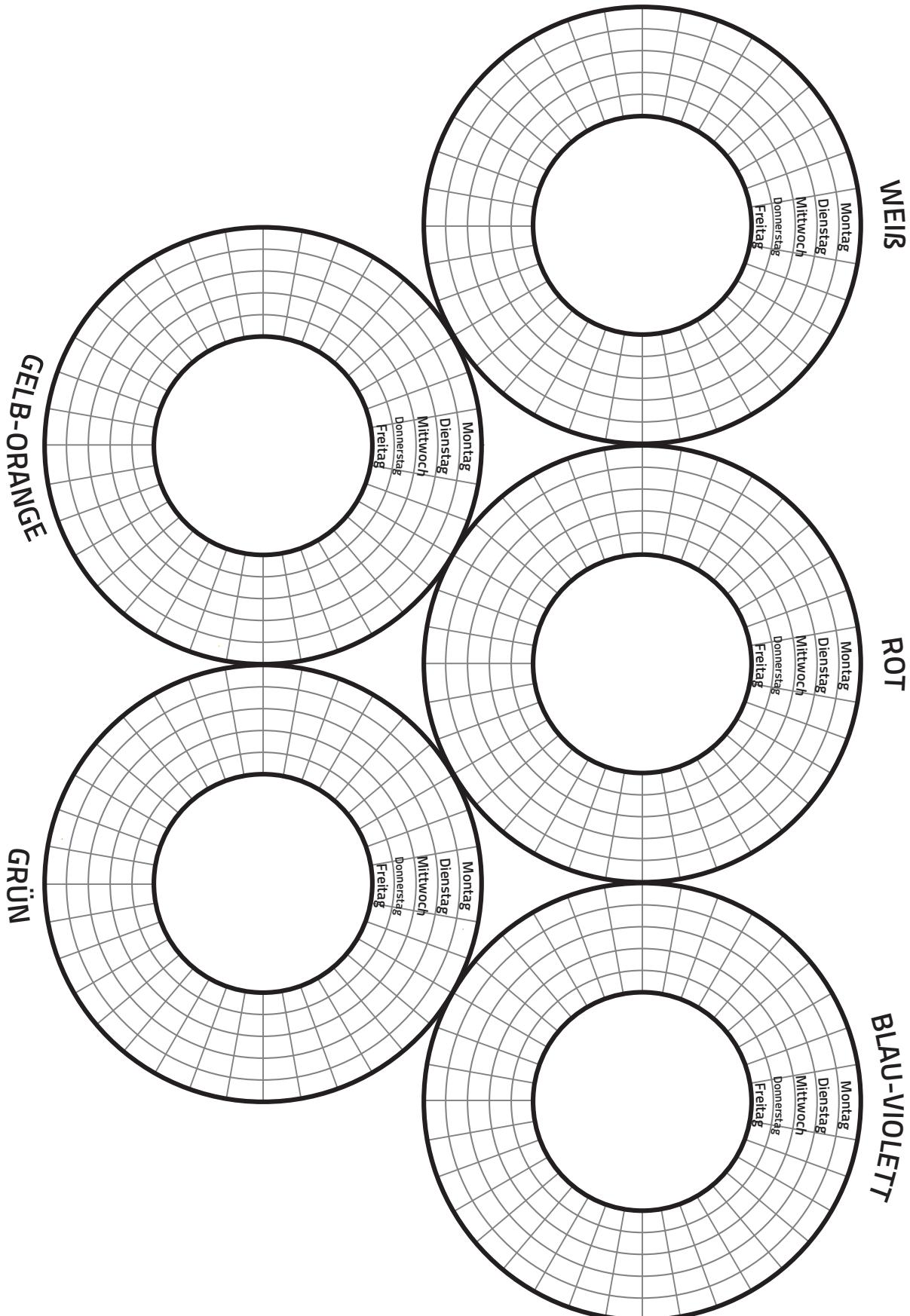


# Anhänge



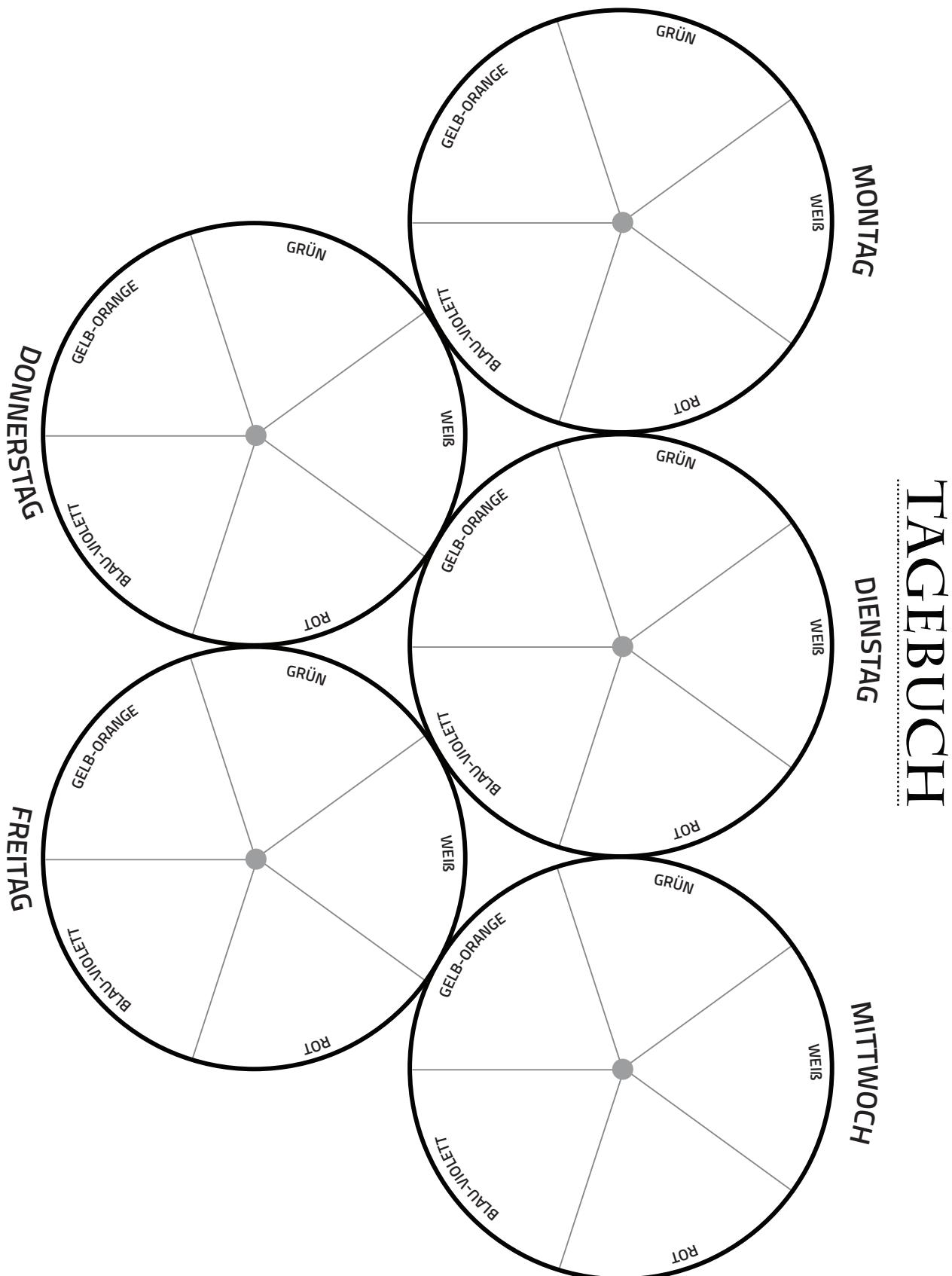
# *Miro alla frutta*

TAGEBUCH DES OBST- UND GEMÜSEKONSUMS



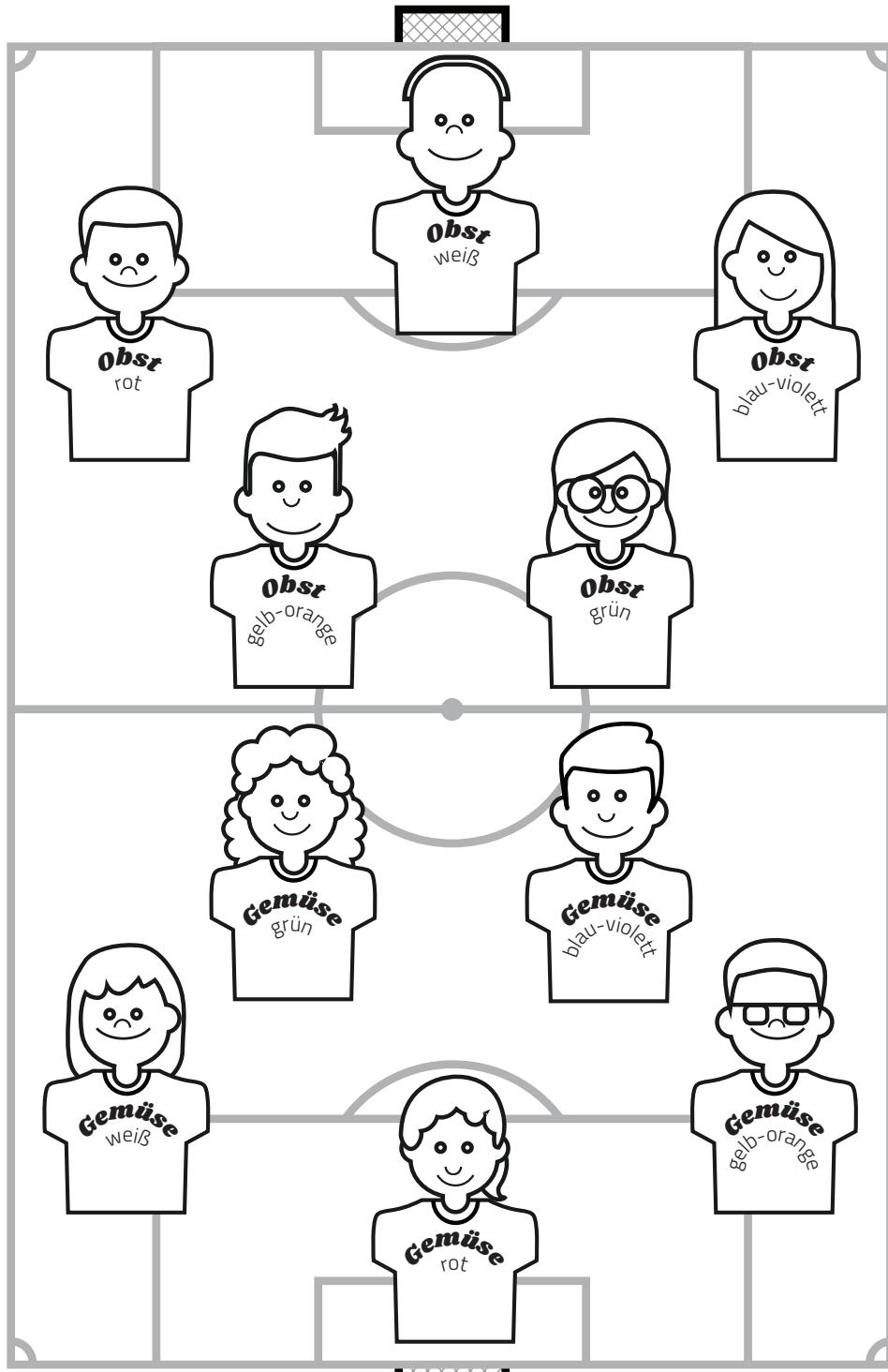
# *Miro ai colori*

TAGEBUCH DES OBST- UND GEMÜSEKONSUMS



# ***Frutball***

## TAGEBUCH DES OBST- UND GEMÜSEKONSUMS



### **ERGEBNIS**

Obst

Gemüse



*DANKSAGUNGEN*

*Wir danken für die wertvolle Mitarbeit bei der Realisierung der didaktischen Blätter für die Olympiade:*

Giulia D'Angelo  
Maria Stella Foddai  
Valentina Forte  
Myriam Galfo  
Valerio Tesone  
Katia Titi

Das Lehrbuch ist Teil der redaktionellen Produktion CREA im Rahmen der Aktivitäten der Begleitmaßnahmen für Obst und Gemüse in Schulen 2018-2019 gemäß Ministerialerlass 56978 vom 02/08/2018 Mipaaf.  
(Übersetzung D.M. 87753 13/12/2019 Mipaaf)

*Grafischer Entwurf und Realisierung*  
Loredana Minervino

*Zeichnungen von*  
Paolo Marabotto

*Endfassung*  
Francesca Melini

Juli 2020

CREA (Rat für Agrarforschung und Analyse der Agrarwirtschaft) ist seit 2014 im Auftrag des Ministeriums für Landwirtschaft, Ernährung, Forstwirtschaft und Tourismus für die Konzeption und Umsetzung der pädagogischen Begleitmaßnahmen zum Europäischen Programm "Obst und Gemüse in Schulen" zuständig.

Unter den verschiedenen pädagogischen Maßnahmen ist eine der am meisten geschätzten "die Obst-Olympiade", eine echte telematische Meisterschaft mit didaktischen Spielen, die darauf abzielt, die Kenntnisse, auch sensorisch, über Obst und Gemüse bei den Schülern der Grundschule zu erweitern. Lehrer, die ihre Klassen jedes Jahr einschreiben, erhalten per E-Mail

didaktische Blätter mit Aktivitäten, die in der Klasse durchgeführt werden sollen, möglicherweise mit Hilfe der Familien.

Aus der Sammlung von Arbeiten aus den ersten fünf Jahren der Olympiade wurde die Idee dieses Lehrbuchs geboren, das den Reichtum, die Innovation, die Kreativität, die jede teilnehmende Klasse hervorgebracht hat, hervorhebt, die Ergebnisse teilt und sie in einer Arbeitsmethodik für alle zugänglich macht, um wertvolle pädagogische Werkzeuge, die die teilnehmenden Klassen begeistert haben, nicht zu verlieren. Die Aktivitäten wurden für einen einfachen, mehrstufigen und interdisziplinären Zugang strukturiert.

collana *Quaderni crea*

