



ARTE ED EDUCAZIONE CIVICA

PERCORSI INTEGRATI per le classi 4 e 5



Rispettare la natura sulle nostre tavole

Anche mangiare prodotti dell'agricoltura biologica è sicuramente un modo importante per rispettare l'ambiente e la salute umana. Questo tipo di agricoltura espone i lavoratori, il terreno e l'acqua a **minori quantitativi di sostanze chimiche dannose**, proteggendo gli animali che rendono fertile la terra e aiutando il raccolto (ad esempio i lombrichi, gli insetti impollinatori, piccoli mammiferi, uccelli e anfibi che si nutrono di insetti infestanti).



Curiosità

Sono sempre più diffusi i gruppi di famiglie che si uniscono per un acquisto e un consumo responsabile. Questi gruppi si chiamano **GAS**, ovvero **gruppi di acquisto solidale**.

È un modo di acquistare più simile a quello dei nostri nonni, capace di ricreare la bella atmosfera di una volta dove i prodotti consumati rappresentavano la terra che li aveva generati.

Questi gruppi preferiscono i prodotti locali della **filiera corta**, così da supportare progetti di sostenibilità ambientale.

Provate a parlare dei GAS in classe, magari i genitori di qualche vostro alunno ne fanno parte e possono raccontarvi come funzionano.

Potete anche mappare la situazione dell'economia solidale della vostra zona e vedere quali prodotti avete a disposizione vicino alla vostra città o nel vostro paese.

Arte a Km0



Giuseppe Arcimboldo,
Vertumno, 1590.

arte

ARCIMBOLDO



RISORSE

Arcimboldo

Ci sono artisti “a Km0”, ovvero artisti che hanno apprezzato la stagionalità della loro terra e hanno fatto dei frutti e delle verdure di stagione delle opere d’arte.

Uno degli artisti più famosi che potete approfondire con i vostri alunni è **Giuseppe Arcimboldo**, pittore italiano del Cinquecento. Trovate maggiori informazioni per introdurre questo artista inquadrando il QR.

Potete raccontare alla classe che la sua grande particolarità è stata quella di inventarsi un nuovo modo di fare ritratti. Negli anni in cui è vissuto era molto in voga, infatti, nelle famiglie benestanti, richiedere ritratti importanti che celebrassero le personalità più in vista.

Arcimboldo divenne uno dei pittori più famosi per l’originalità con la quale ritraeva i suoi clienti. Egli infatti si divertiva a disegnare i volti con ciò che trovava: **frutta, verdura** (rigorosamente di stagione), **libri, fiori, pesci**.

VOLTI E PRODOTTI NATURALI

Fra i suoi dipinti più famosi, che potete visionare inquadrando il QR, ci sono *l’Autunno*, *la Primavera*, *l’Estate* e *l’Inverno*, un ciclo di quadri denominati appunto **Le stagioni**.

Un altro suo dipinto famoso è il **Vertumno**, del 1591 (immagine in alto), che rappresenta il dio latino delle stagioni e ha inserito nel volto frutti e i fiori di ogni stagione.



E ora creiamo

Si può provare a creare un **ritratto** usando i prodotti della natura. In un piatto, con verdura, frutta, pane, pasta, fiori e altro ancora, realizzate un **collage vivo**, molto colorato e allegro.

Mandate poi una foto all’insegnante. In classe, potrete organizzare una **mostra con tutti i vostri ritratti** nello stile di Arcimboldo.



L'importanza dell'acqua

Scegliere responsabilmente ciò che si mangia non solo mantiene sani, ma crea dei benefici anche per l'ambiente e le sue risorse naturali, prima fra tutte l'**acqua**.

L'acqua, infatti, non è una risorsa illimitata: sollecitate i bambini a **usarla consapevolmente** così che tutti, anche in futuro, possano averla.

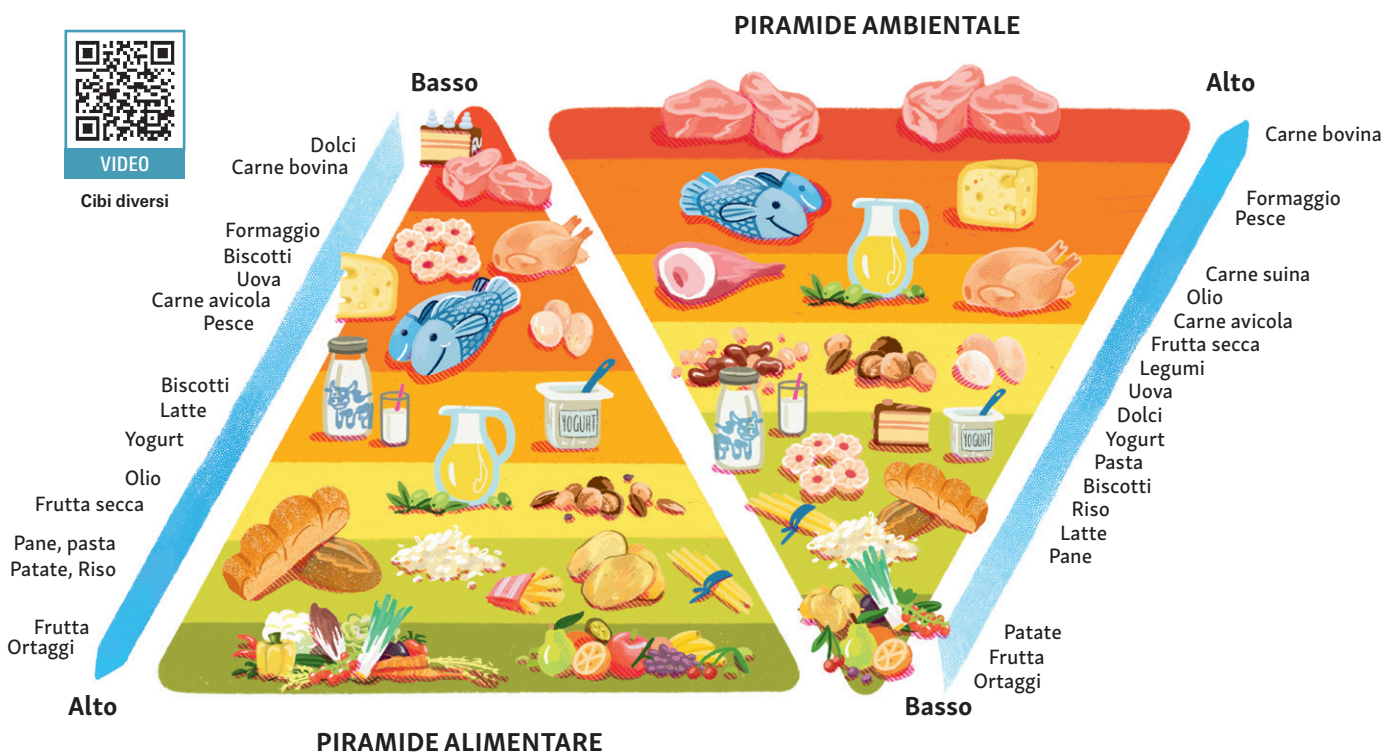
Usiamo l'acqua per tanti scopi (lavarci, nutrirci, irrigare i campi, produrre cibo nelle industrie) e questo ha un grande impatto anche sulla natura. Provate a fare un brainstorming con la classe.

Piramide alimentare e alimentazione equilibrata

Sulle nostre tavole dovremmo bilanciare le proteine vegetali, dei legumi e della frutta secca, con quelle animali, della carne e dei latticini, non dimenticando le giuste proporzioni settimanali di frutta, verdura e carboidrati, come previsto nella **piramide alimentare**, ossia un grafico in cui alla **base** (più larga) stanno gli alimenti che è bene consumare in **maggior quantità**, mentre **in alto** (più stretta) si trovano quelli il cui consumo va **limitato**.

Al contrario, una piramide rovesciata può essere usata per rappresentare l'**impatto ambientale dei cibi**: in alto avremo i cibi a più alto impatto (carne, formaggio...), in basso quelli a minor impatto (frutta e verdura).

Partite dalle immagini proposte, per riflettere con i bambini sulle diverse **abitudini alimentari dei vari paesi del mondo**. Fate comprendere alla classe quanto è importante variare la nostra alimentazione, non limitandosi alle sole proteine animali: un **equilibrio alimentare** corrisponde perfettamente a una **scelta etica verso l'ambiente**, risparmiando l'acqua e le risorse necessarie a produrre gli alimenti di cui ci cibiamo.





E ora creiamo


Un menù sostenibile

Giocate al gioco del **crea il menù** chiedendo ai vostri alunni di organizzare il menù settimanale della loro famiglia, pensando a come equilibrare le proteine animali e quelle vegetali.

Suggerite di costruire una **tabella** e una **simbologia specifica** per ogni cibo. Aiutateli a tenere in considerazione anche il menù del pranzo scolastico, soprattutto tenendo d'occhio il consumo di proteine animali già presenti.


Ricordate di consumare carne rossa non più di due volte alla settimana; legumi e frutta secca sono degli ottimi sostituti alle proteine animali di carne e formaggio.

La **verdura**, magari coltivata nell'orto del balcone, è inoltre un'ottima fonte di **sali minerali** utili alla salute.



MENÙ SETTIMANALE

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
Colazione							
Pranzo							
Cena							
Merenda							



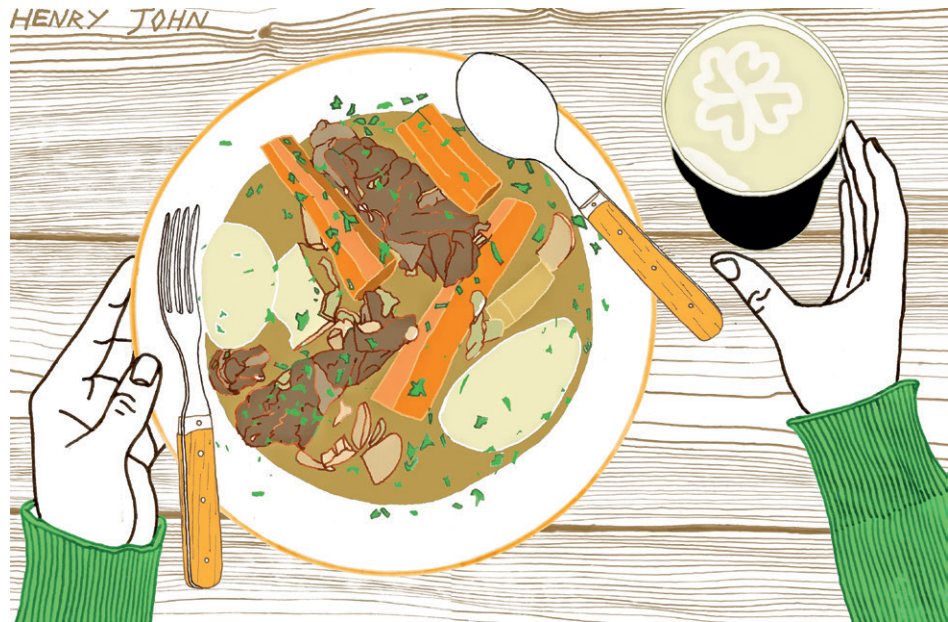


Curiosità

Da qualche anno è stato introdotto un indicatore chiamato **impronta idrica** (in inglese *water footprint*), che serve a **misurare il consumo d'acqua dolce**, paragonandolo a un'impronta lasciata sulla terra. Si può parlare di impronta idrica di **ciascuno di noi** (quanta acqua consumiamo), ma anche dei **prodotti** che utilizziamo (quanta acqua serve per realizzarlo). Ad esempio, per produrre un pomodoro sono necessari 13 litri d'acqua, mentre per una fetta di pane ne sono serviti 40.

L'impronta idrica maggiore è però quella del **formaggio** e della **carne**, con i rispettivi **500 litri** (3 vasche da bagno) per una fetta di formaggio e **2400 litri d'acqua** (15 vasche da bagno) per un hamburger.

L'arte in tavola



Henry John,
Irish Stew, 2008-2009

EAT ART

L'importanza di mangiare in modo sano ed etico, equilibrando i piatti che portiamo sulle nostre tavole, viene sottolineata anche da alcuni artisti a noi contemporanei.

Parlate dell'artista **Daniel Spoerri**, l'inventore della "eat art" o arte commestibile, ossia quell'arte che utilizza cibi o oggetti legati alla nutrizione per realizzare le opere. Nei suoi quadri le **tavole imbandite a fine pranzo** diventano un modo provocatorio per far riflettere sulle **abitudini alimentari** della nostra società.

RIFLETTERE SUL CIBO

Suggerite anche lo studio di **Henry John**, un artista inglese contemporaneo, che con le sue opere (come quella nell'immagine in alto) ci spinge a riflettere sulla grande quantità di cibo che c'è nei nostri piatti e sul suo valore. Il dipinto raffigura lo stufato, un piatto tipico della tradizione alimentare irlandese. Il cibo, con il suo colore e la sua ricchezza, è un bene prezioso da non sprecare: questo tipo di arte suggerisce nei confronti del cibo un atteggiamento etico e sostenibile.



E ora creiamo

Tavole alimentari per riflettere

Lavorate con la vostra classe per creare dei poster che rappresentino **tavole alimentari** da appendere negli spazi della mensa scolastica: stimoleranno gli altri studenti alla riflessione responsabile e ridurranno lo spreco quotidiano di cibi.