



## E...STATE SOSTENIBILI

Tra le sfide più urgenti del nostro tempo c'è senza dubbio quella della sostenibilità ambientale. Il cambiamento climatico e l'esauribilità delle risorse naturali stanno per la prima volta mettendo a repentaglio la sopravvivenza dell'intero pianeta Terra.

I "Fridays for future" hanno portato migliaia di giovani in tutto il mondo a sfilare nelle piazze e nelle strade delle grandi città per ricordare che non abbiamo un pianeta B e per rivendicare il proprio diritto ad avere un futuro!

Papa Francesco puntualmente ci ricorda la necessità di una conversione ecologica integrale, ossia l'urgenza di cambiare il nostro modo di relazionarci "con le nostre sorelle e i nostri fratelli, con gli altri essere viventi, con il creato". La sfida ambientale può essere vinta se ciascuno fa la propria parte, a partire dall'adozione di piccoli comportamenti e buone pratiche quotidiane.

Ecco alcuni spunti per parlarne con i bambini!

### **Attività n. 1** **Di stagione è molto meglio!**

#### **Target**

6-11 anni

#### **Durata**

1 ora con la possibilità di suddividere le micro-attività in diversi momenti della giornata o in diverse giornate.

#### **Obiettivo**

Sensibilizzare i bambini al consumo di frutta e verdura di stagione

#### **Materiali**

cartellini bianchi,  
1 pennarello per ciascun bambino,  
birilli costruiti con materiali di riciclo,  
materiale per un percorso ad ostacoli,  
pallina (può essere ricavata da carta da riciclo!),  
cartellone con la ruota delle stagioni (vedi Allegato 1),  
patafix o scotch,  
spago (solo per il gioco dello scalpo).



## Preparazione

Gli educatori preparano dei birilli (almeno 20) ricavati da bottiglie di plastica, da brick dei succhi di frutta o da rotoli di carta igienica. Su ciascun contenitore viene attaccato un cartellino con l'immagine di un frutto o di una verdura. Questa attività può essere svolta, chiedendo ai bambini di portare i contenitori di riciclo da casa oppure utilizzando quelli usati in oratorio.

## Svolgimento

1. Chiedere ad ogni bambino di disegnare su un cartellino (da tenere nascosto) un frutto o una verdura. A turno i bambini pronunciano la frase "Sono Michele e oggi ho comprato un cesto di un frutto/verdura di colore....", gli altri bambini devono indovinare il frutto/la verdura pensata facendo delle semplici domande a cui si può rispondere solo si/no. A mano a mano che si procede i bambini scoprono il proprio cartellino e lo attaccano sul cartellone in corrispondenza della stagione corretta.
2. Creare un semplice percorso ad ostacoli al termine del quale si predispongono i birilli, ciascuno recante l'immagine di un frutto o di una verdura. L'animatore legge alcuni indovinelli su frutta e verdura. Il bambino che pensa di avere la risposta esatta percorre il percorso ad ostacoli, raggiunge i birilli e deve riuscire a colpire con la pallina la frutta e la verdura che rappresenta la risposta corretta all'indovinello posto. Se la risposta è corretta può staccare il cartellino dal birillo e portarlo al proprio posto. Una volta terminati tutti gli indovinelli, ciascuno presenta la frutta e la verdura che ha raccolto e si attaccano i cartellini sul cartellone, completando la ruota della stagionalità.
3. Riflettere brevemente con i bambini sul perché è importante consumare frutta e verdura di stagione di cui suggeriamo una rilettura nel box che chiude l'attività. Le riflessioni possono essere riportate su un cartellone che rimane in oratorio.
4. Consegnare ad ogni bambino copia della ruota della stagionalità da portare a casa. In alternativa si può far disegnare a ciascun bambino la ruota!
5. Cuochi di stagione: ogni bambino deve creare un menù di stagione scegliendo tra i prodotti utilizzati durante nelle precedenti attività oppure dando spazio alla propria fantasia!



In alternativa al gioco dei birilli si può proporre anche il gioco dello scalpo:

2 bambini rappresentano due stagioni diverse identificate con un cartellino che si legano al collo (es: inverno e estate). Gli altri bambini rappresentano invece frutta e verdura; a ciascuno viene consegnato uno scalpo (un cartellino attaccato ad uno spago che devono infilare dietro la schiena). Al via dell'animatore, i bambini iniziano a correre nello spazio a disposizione mentre i bambini-stagione devono riuscire a rubare gli scalpi...ma attenzione solamente quelli con frutta e verdura corrispondete alla propria stagione. Terminato il primo turno, i bambini-stagione presentano il bottino che sono riusciti a recuperare. Si scambiano i ruoli e si assegna ad altri due bambini i ruoli delle 2 stagioni rimanenti. Ad ogni turno si rimescolano i cartellini della frutta e della verdura. Si possono prevedere anche più di 2 turni fino ad esaurire tutti i cartellini a disposizione. Terminato il gioco si procede ad attaccare sul cartellone tutti i cartellini, completando la ruota della stagionalità.

### **Perché è importante consumare frutta e verdura di stagione**

Le stagioni provvedono naturalmente a fornirci gli alimenti che più ci servono in ogni periodo dell'anno: la natura e i suoi perfetti meccanismi di portano in inverno le arance, ricche di vitamina C per rinforzare il sistema immunitario e proteggerci dall'influenza, e verdure come cavoli e verze, ottime per calde zuppe invernali. Al contrario in primavera maturano frutti come albicocche o pesche ricche di beta carotene per proteggere la nostra pelle dal sole o in estate angurie e meloni aiutano la nostra idratazione grazie al loro alto contenuto di acqua. Inoltre:

- 1- Frutta e verdura di stagione sono naturalmente più saporite e profumate, sono fresche e di conseguenza contengono più nutrienti.
- 2- Quando la frutta e la verdura viene coltivata in stagione richiede molti meno pesticidi affinché cresca sana, ecco quindi che i pomodori in estate sono più sani e con meno pesticidi rispetto allo stesso ortaggio acquistato nel mese di gennaio
- 3- Non dovendo forzare la maturazione utilizzando serre riscaldate o prodotti chimici, la produzione di prodotti di stagione risulta più economica e questo fa sì che i prezzi di vendita per l'acquirente si abbassino.
- 4- I prodotti fuori stagione, spesso provengono da Paesi molto lontani. La refrigerazione e i prodotti chimici utilizzati per mantenere integri i prodotti lungo tutto il viaggio fanno aumentare i costi di produzione oltre ad influire negativamente sulla bontà del prodotto. Infine, il trasporto contribuisce ad aumentare l'inquinamento atmosferico.



## **ATTIVITA' N.2**

### **Acqua risorsa vitale!**

#### Target

6-11 anni

#### Durata

1 ora con la possibilità di proporre le micro-attività in diversi momenti della giornata o in diverse giornate.

#### Obiettivo

Sensibilizzare i bambini al consumo responsabile dell'acqua

#### Materiale

Cartelloni,  
pennarelli,  
telo (di circa 1 mt x 2 mt)  
sagome di cartone rappresentanti pesci e creature marine,  
rifiuti (bottiglie di plastica, reti e confezioni per la frutta, carte, sacchetti di plastica...),  
retini per il mare,  
immagini dei rifiuti,  
1 pallina per ciascun bambino,  
materiale per il percorso ad ostacoli (se ci si trova in una stanza chiusa si può costruire la classica ragnatela con uno spago),  
bersaglio (tipo quello utilizzato per il gioco delle freccette).

#### Preparazione

Preparare una ventina di sagome di cartone rappresentanti pesci e creature marine (si può proporre ai bambini di prepararle prima insieme!), 1 cartellone con riportati solo i dati riferiti al tempo di decomposizione dei rifiuti, 1 pallina per ciascun bambino ricavata appallottolando la carta di riciclo fissata con dello scotch, 1 cartellone con le immagini sui consumi diretti e indiretti di acqua, bersaglio (tipo quello usato per il gioco delle freccette) con riportati i dati sui consumi di acqua diretti e indiretti.

Vedi Allegato 2

per recuperare i dati di decomposizione dei rifiuti e di consumo di acqua



## Svolgimento

1. Disegnare su un cartellone la sagoma di un bambino, l'homo aquaticus! Insieme ai bambini elencare tutti gli usi dell'acqua e riportarli all'interno della sagoma. Fornire ai bambini alcuni semplici dati:
  - il nostro corpo è formato per il circa 60/65% di acqua,
  - la Terra è l'unico pianeta finora scoperto dove è presente l'acqua in forma liquida,
  - l'acqua copre circa il 71% della superficie terrestre,
  - il 97% è acqua salata, mentre solo il 3% è acqua dolce...davvero poco ed è proprio per questo che dobbiamo imparare ad averne cura!
2. Distendere per terra il telo, appoggiarvi le sagome di cartone e i rifiuti. A turno 2-3 bambini dovranno cercare di liberare le creature marine dall'inquinamento raccogliendo con i retini i rifiuti mentre gli animatori e gli altri bambini muovono il telo simulando le onde del mare. Il gioco può durare 10 minuti per dare il tempo a tutti i bambini di utilizzare i retini.
3. Quiz...quanto tempo impiegano i nostri rifiuti a decomporsi?  
Predisporre il percorso ad ostacoli al termine del quale vengono sistemate le immagini dei rifiuti. Sistemare il cartellone con i dati riguardanti i tempi di decomposizione dei rifiuti in modo che sia visibile a tutti i bambini. L'educatore spiega il significato dei numeri...ma a quale tipo di rifiuto di riferisce ogni dato? L'educatore pone dei semplici indovinelli (es: sono molto dura, se mi getti in mare impiego 1000 anni a sparire, vengo usata per contenere sostanze liquide come l'acqua, risposta: la bottiglia di vetro). Il bambino che pensa di sapere la risposta corretta recupera l'immagine corrispondente superando il percorso ad ostacoli. A mano a mano che vengono letti gli indovinelli i bambini attaccano le immagini dei rifiuti accanto al tempo di decomposizione corrispondente!
4. Riprendere la sagoma dell'homo aquaticus: quanta acqua serve per svolgere tutte le nostre azioni quotidiane? Scopriamolo insieme! Sistemare il bersaglio con i dati riguardanti i consumi diretti e indiretti e il cartellone con le immagini delle azioni. I bambini devono indovinare quanti litri di acqua servono per compiere ogni azione riportata sul cartellone cercando di colpire con la propria pallina il dato corrispondente nel bersaglio!



5. Le 10 regole blu: al termine delle attività stilare insieme ai bambini 10 regole per il consumo responsabile dell'acqua. Si possono trascrivere su un cartellone da appendere in oratorio e ciascuno può riportarle su un foglio da portare a casa per metterle in pratica in famiglia!

#### Varianti

- a seconda dell'età dei bambini si può rendere più o meno facile il percorso ad ostacoli.
- al posto della pallina di carta, si possono utilizzare le pistole ad acqua
- al posto del telo di plastica possono essere usate le classiche piscinette da bambini, vuote, all'interno delle quali sistemare le sagome dei pesci e i rifiuti

#### Materiale a supporto

- canzone "I pesci parlano" - Zecchino d'oro
- video "Cuore di plastica", disponibile su Youtube