

# MOMI E NINI E LA SANA ALIMENTAZIONE



## Guida per l'Insegnante





Nel 1920 Zefferino Monini dà vita vicino a Spoleto, tra le colline verdi dell'Umbria, a un'azienda familiare destinata con i nipoti del fondatore Zefferino e Maria Flora a diventare un punto di riferimento mondiale per un'eccellenza italiana, l'olio Extra Vergine di Oliva. Una cultura, quella dell'olio Extra Vergine di Oliva di qualità, che oggi Monini si impegna a diffondere e che si intreccia con le tradizioni e l'arte del territorio a cui l'azienda è profondamente legata.

Una cultura che si esprime anche nel rispetto dell'ambiente e nell'adozione di moderne tecnologie per la produzione sostenibile di un olio Extra Vergine di Oliva dal gusto inconfondibile e uguale nel tempo: installazioni fotovoltaiche presso lo stabilimento, acquisto di energia da fonti rinnovabili certificate, uso di bottiglie ecosostenibili in vetro riciclato. Scelte responsabili che fanno della Monini un'impresa all'avanguardia, green e capace di coniugare strategie aziendali, valorizzazione del territorio, qualità alimentare e innovazione.

**Per conoscerci meglio:  
[www.monini.com](http://www.monini.com)**

Gentile Insegnante,

è un piacere per noi di Monini mettere a disposizione della sua classe il cartone animato "Mo' e Nini e la Sana Alimentazione".

Mo' e Nini, due simpatiche olivette, spiegano le caratteristiche della Dieta Mediterranea, dal 2010 riconosciuta dall'UNESCO come Patrimonio dell'umanità.

Un tema che ci sta a cuore perché anche noi di Monini siamo impegnati ogni giorno a diffondere la cultura e la qualità di uno dei principali rappresentanti della Dieta Mediterranea: l'olio Extra Vergine di Oliva, non un semplice condimento ma un alimento, caratterizzato da una composizione bilanciata tra acidi grassi monoinsaturi e polinsaturi simile a quella dei grassi del latte materno e dalla presenza di sostanze antiossidanti e antinfiammatorie.

Sostenuto dalle attività didattiche suggerite in questa Guida, il cartone animato apre la strada a riflessioni su temi essenziali per il benessere psicofisico e la crescita equilibrata dei bambini: corretta alimentazione secondo le migliori tradizioni del nostro territorio, attività fisica, sano stile di vita a contatto con l'ambiente e la natura.

Buon lavoro!

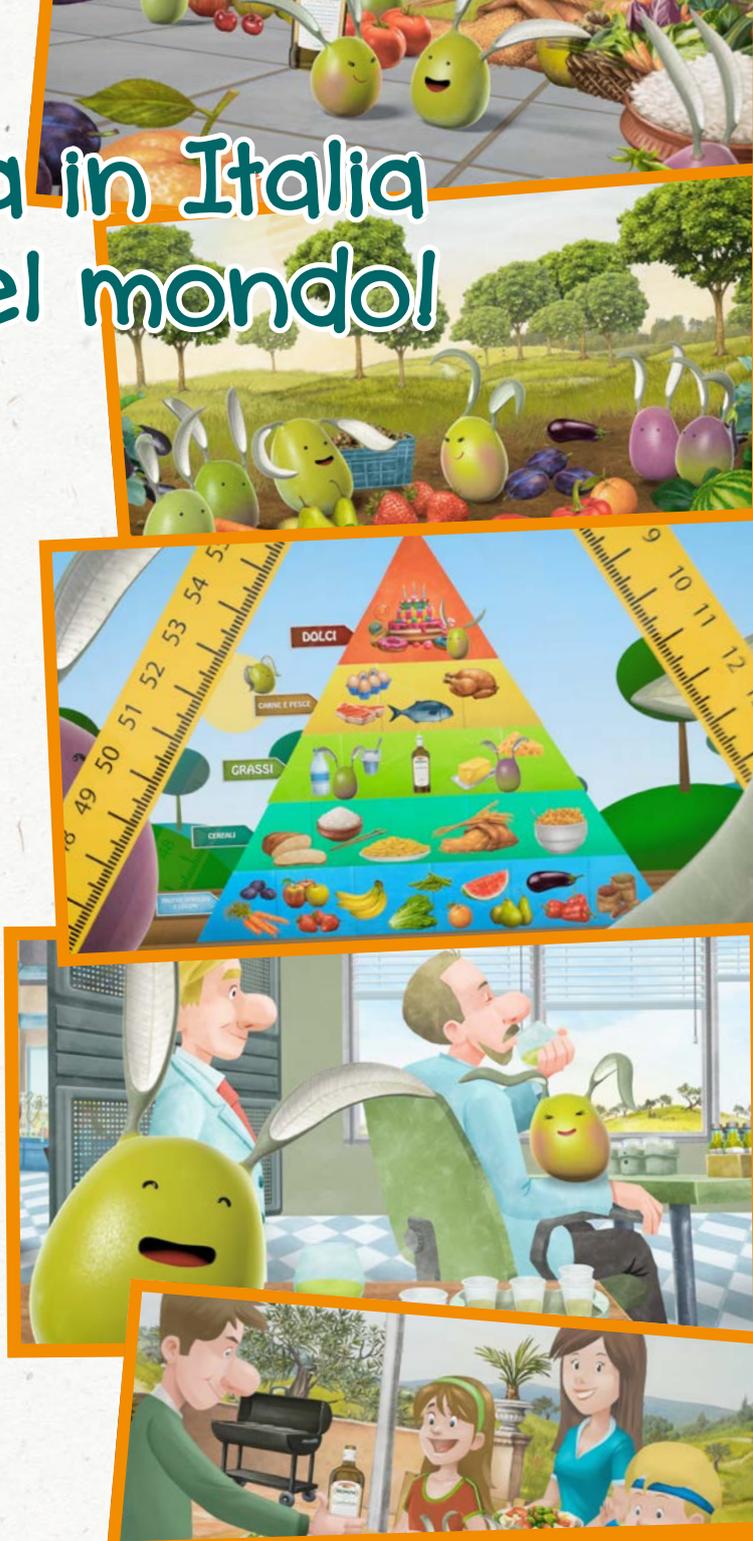


Maria Flora Monini

# Una dieta nata in Italia e condivisa nel mondo!

Fu il medico americano Ancel Keys (morto centenario nel 2004) che negli anni '70 usò per primo il termine "**Dieta Mediterranea**", associando le tradizioni alimentari del Cilento, in particolare del borgo marinaro di Pioppi frazione del Comune di Pollica dove aveva vissuto per quarant'anni, agli effetti benefici sullo stato di salute degli abitanti. Su iniziativa del Comune di Pollica, la Dieta Mediterranea dal 2010 è **Patrimonio dell'umanità UNESCO** e a Pioppi è stato aperto un museo intitolato a Keys e dedicato alla dieta ([www.ecomuseodietamediterranea.it](http://www.ecomuseodietamediterranea.it)).

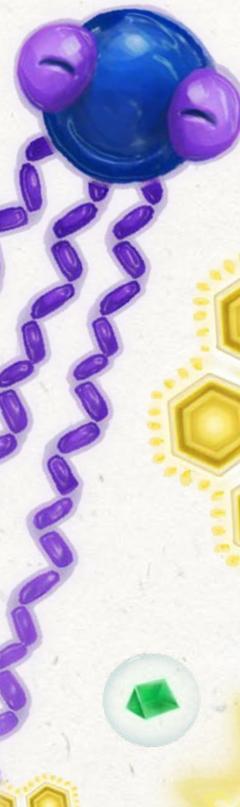
Il cartone animato proposto sul sito [www.moniperlascuola.it](http://www.moniperlascuola.it) spiega nel dettaglio le caratteristiche della buona alimentazione mediterranea e le pagine della Guida suggeriscono **esperienze ludico-cognitive** per comprenderne i valori nutrizionali e assumere i comportamenti alimentari che ne derivano. Il tema della Dieta Mediterranea è anche l'occasione per aprire lo sguardo dei bambini alle tradizioni dei popoli mediterranei, alla loro cultura e identità, con interessanti opportunità di educazione interculturale e inclusione di bambini extracomunitari.



Oggi sono sette i Paesi considerati dall'**UNESCO** rappresentativi della **Dieta Mediterranea**: Italia, Spagna, Portogallo, Grecia, Croazia, Cipro e Marocco. Con i bambini si può approfondire cosa distingue i sette Paesi (lingua, storia, economia) e cosa li accomuna (mare, clima, aspetti della morfologia, produzioni alimentari "mediterranee" come cereali, verdure e frutta nelle diverse varietà locali).

**VITE**

# Imparare dalle favole



Da sempre i racconti favolistici sono un modo per trasmettere messaggi importanti nel modo più adatto a colpire l'attenzione dei più piccoli. Per questo Monini ha dato vita alle avventure di Mo', la piccola olivetta che parla con i bambini di educazione alla corretta alimentazione.

Dopo il primo cartone animato *Mo' e la favola dell'olio Extra Vergine di Oliva*, il racconto prosegue con il nuovo cartone animato. Nella nuova proposta di percorso didattico si parla del più generale tema dello stile di vita sano: cioè caratterizzato da una corretta alimentazione e attività fisica, in linea con le **indicazioni OMS** per la crescita equilibrata e la prevenzione dell'obesità infantile, purtroppo crescente anche in Italia.

Nel cartone animato *Mo' e Nini e la Sana Alimentazione* le due **olivette protagoniste raccontano i motivi che fanno della Dieta Mediterranea un modello di consumo vario** ed equilibrato di alimenti, tra i quali l'olio Extra Vergine di Oliva che apporta i grassi "buoni" e sostanze antiossidanti come Polifenoli e Vitamina E.

**VITE**

La varietà alimentare riguarda anche i singoli prodotti: è un valore di biodiversità da far conoscere ai bambini e da tutelare per il loro futuro, come si fa notare con l'esempio delle mele nell'esperienza 4 a pagina 11. Sul sito Monini in "**Cultura dell'olio**" viene presentata una panoramica delle *cultivar* di olive, dall'inglese CUL-

Tivated VARIety, "varietà coltivata" ([www.monini.com](http://www.monini.com) alla sezione Monini > Cultura dell'Olio > Le varietà d'oliva). Sarà interessante collocare con i bambini le cultivar sulla carta geografica come previsto dall'esperienza 6 di pagina 19 e scoprire le varietà non italiane, come la Kalamon greca o la Cornicabra spagnola.

# Mo' e Nini e la Sana Alimentazione

Il cartone animato è di per sé un'ottima introduzione "icebreaking" alle esperienze di educazione alimentare e motoria proposte da questa Guida. Si può vedere sulla LIM se disponibile, o direttamente online dal sito. Mo' e Nini spiegano in modo semplice ma dettagliato la corretta alimentazione partendo dal tema della varietà consentita dai prodotti presenti nella Dieta Mediterranea, presentando poi il modello della piramide alimentare e infine approfondendo

il tema dei grassi, poco conosciuto e spesso fonte di disinformazione nutrizionale. Se ne parla ponendo l'attenzione sulle proprietà dell'olio Extra Vergine di Oliva, spiegate prima con una divertente animazione scientifica poi con una sintesi del processo produttivo. Il cartone si conclude con un rimando ai principi di un sano stile di vita: fare movimento, bere tanta acqua e stare all'aria aperta!



## Divertiamoci insieme: il teatro di Mo' e Nini

Le classi possono realizzare un originale spettacolo teatrale, ispirandosi alla divertente modalità adottata nel cartone animato: la costruzione degli ambienti con elementi che arrivano sulla scena. Si può replicare il cartone in forma di drammatizzazione, con i bambini che spiegano la buona alimentazione travestiti da olivette; oppure si può inventare una storia originale con lo stesso obiettivo: spiegare le regole dello stile di vita sano e attivo agli spettatori (compagni, famiglie e la Giuria di concorso raggiunta con il video della rappresentazione).



# Le tre sezioni della Guida

Ai temi del cartone animato introduttivo rimandano le esperienze proposte nelle tre sezioni.

1

## La varietà alimentare

(da pagina 9)

2

## La piramide alimentare

(da pagina 13)

3

## L'olio Extra Vergine di Oliva

(da pagina 17)

Ogni sezione ha una breve introduzione e di seguito propone sei esperienze ludiche, divise su due livelli in modo da soddisfare le esigenze di tipo più operativo o più cognitivo di ogni gruppo classe. Tipicamente possono essere utilizzate rispettivamente per le prime e le ultime classi del ciclo.

Ogni sezione si conclude con un suggerimento di esperienza motoria e con una proposta di ricetta da sperimentare in famiglia (pagine 12, 16 e 20).

Tutte le esperienze si concludono con un suggerimento di elaborato finale, utile anche per il concorso educativo di merito.

# La varietà alimentare

La salute si costruisce anche a tavola, come ricorda Mo' a Nini nel cartone animato. Insegnare ai bambini a mangiare in modo variato, secondo le indicazioni della Dieta Mediterranea, educa il gusto ma soprattutto assicura al loro organismo tutti i nutrienti di cui ha bisogno per svolgere le importanti funzioni legate alla crescita e all'autoprotezione. Non esiste nessun "alimento perfetto" che contenga nella giusta quantità tutte le sostanze necessarie a soddisfare le richieste nutrizionali del nostro corpo. Sicuramente, gli alimenti che maggiormente dovrebbero entrare nella dieta dei bambini e che spesso invece mancano sono quelli "buoni" di ori-

gine vegetale, come dice Mo' a Nini: la frutta (e i suoi derivati come per esempio l'olio spremuto dalle olive, che è un alimento e non un semplice condimento) e la verdura. È quindi a questi alimenti in modo particolare che saranno dedicate le attività sul tema della varietà alimentare. Verdure e frutta vanno consumate nel periodo della maturazione, indicato ai bambini dalla "ruota della stagionalità" proposta da Monini. Questa e altre ruote con nuovi prodotti potranno essere realizzate in modo che i bambini possano utilizzarle a casa insieme ai genitori, imparando a riconoscere gli alimenti migliori e fondamentali per il proprio benessere.





## PRIMO LIVELLO

Giocando, “pasticciando”, facendo, i bambini imparano divertendosi. La dimensione fortemente operativa che identifica le attività come esperienze giocose fa sì che tutti possano parteciparvi e riescano a trovare risposte alle curiosità spontanee. E se le risposte sono semplici ma rigorose, al divertimento si aggiunge il piacere della conquista del sapere con il sapore dell’avventura.

1

“È arrivato un bastimento carico di...”. È un gioco facile da realizzare perché non richiede tempi lunghi né luoghi dedicati. Collegato al cartone animato, permette di esercitare l’attenzione e la memoria, di arricchire il vocabolario personale con il mondo colorato e multiforme degli alimenti. Giochiamo divisi in squadre, sarà più divertente: sfidiamoci a chi ricorda più nomi dei prodotti della Dieta Mediterranea presentati da Mo’ nel cartone animato. Il gioco prosegue con gli alimenti che cominciano con la lettera...? O che sono di colore...? Fotografiamo le azioni e realizziamo un divertente libro fotografico con i commenti dei bambini. Chiediamo poi alle famiglie, se possibile, di far assaggiare i nuovi frutti e le nuove verdure scoperte durante il gioco.

2

Prepariamo “carte” dei prodotti di Mo’ costruite con l’aiuto di immagini ritagliate da riviste e dépliant: colleghiamo le carte con fili colorati, sempre seguendo il principio dei cinque colori di frutta e verdura, creando lunghe collane da appendere al muro. Poi immaginiamo una storia in cui olive, pomodori, peperoni, melanzane hanno perso il loro colore e... Ma per fortuna arrivano Mo’ e Nini... Realizziamo un grande libro, magari a fumetti, con le avventure che i bambini hanno immaginato.

3

Quanti colori, profumi, sapori possono arrivare in tavola! Giochiamo in classe con un cesto di vera frutta e verdura. Non dimentichiamo le amiche olivette! Poi tutti insieme tocchiamo, annusiamo, tagliamo, schiacciamo, assaggiamo... e diamo il via a tantissimi giochi di classificazione o alla progettazione di allegri piatti e merende pieni di gusto e salute. Per esempio, con poche gocce di olio Extra Vergine di Oliva Gran Fruttato Monini si può progettare la preparazione di una gustosa fetta di pane, olio e sale! Raccogliamo tutti gli “appunti” in uno scrapbook. Chiediamo alle famiglie di realizzare e documentare per lo scrapbook uno dei piatti o una delle merende progettate.



## SECONDO LIVELLO

Quando nel gioco e nelle esperienze più o meno spontanee si scoprono i legami e le relazioni con il sé, l'ambiente, gli altri, accade l'importante spostamento cognitivo dalla curiosità all'interesse. È questo un importantissimo passaggio che permette l'apprendimento e la maturazione di comportamenti responsabili e consapevoli. Non ci si accontenta di "vedere le cose", ma si guarda dentro, si esplora, si approfondisce, si collega.

4

Facciamo un'uscita al mercato o al supermercato vicino alla scuola per il gioco a "Chi ne trova di più"? Circoscriviamo il campo d'indagine ai prodotti agroalimentari. Divisi in gruppi e dotati di taccuino per appunti e macchina fotografica, i bambini potranno cimentarsi in una divertente caccia al tesoro: abbiamo trovato tutti i prodotti della Dieta Mediterranea presentati da Mo' nel cartone animato? Quali non troviamo, o quali troviamo ma provenienti da altri Paesi? I bambini scopriranno così la stagionalità ma anche com'è interessante la biodiversità! Non "la" mela" ma "le" mele e così via. Con tutti questi materiali possiamo realizzare un nuovo e originale Giornalino!

5

In botanica, l'apparato riproduttore delle piante a fiore è il frutto: carnoso, ricco di acqua, fibre, sali minerali e vitamine è destinato a contenere il seme o i semi e lo fa in diversi modi: per esempio le olive, le pesche, le albicocche, le prugne (drupe) contengono un solo seme protetto dall'involucro legnoso. Le bacche come il pomodoro, l'uva, la banana, il ribes hanno all'interno diversi semi. E i cosiddetti "pomi", come la mela e la pera? Il loro "vero frutto" è il torsolo interno che contiene i semi! Osserviamo da vicino, tagliamo, spremiamo e documentiamo le nostre esperienze per dimostrare quanto è fantasiosa la natura!

6

Tutto nasce dalla terra e dai semi, come ricorda Mo' a Nini. Le piante hanno bisogno di terra, acqua e luce per crescere. Semplici attività di coltivazione di piantine in vaso sul davanzale della finestra della classe, o di un seme di facile crescita (per esempio di zucca o zucchina) in un angolo del giardino della scuola permetteranno di "toccare con mano" e osservare da vicino il processo di crescita. Prepariamo il terreno ed etichette con il nome delle piante: disegniamo e coloriamo, incolliamo su un bastoncino che infiliamo nella terra. Fotografiamo i progressi della nostra piantina e noi stessi che la curiamo mentre aspettiamo che cresca!

## PER TUTTI

L'obiettivo della salute e del benessere vede un'attività motoria regolare coniugarsi con la corretta alimentazione. Il movimento favorisce lo sviluppo fisico, rafforza il muscolo cardiaco e l'apparato muscolare, avvia e consolida posture corrette, migliora coordinamento, agilità ed equilibrio e aiuta la socializzazione e la conquista di autonomia.

### IN GIARDINO O IN PALESTRA

C'è tanta varietà anche nell'attività fisica, soprattutto se siamo in palestra! Possiamo fare tante capriole per rotolare come possono fare frutti e verdure "tondi", ma anche rotolare sui fianchi come la verdura "lunga". Possiamo allungarci sulle gambe estendendo il più possibile le braccia in alto, a destra, a sinistra come fanno le piante quando crescono e cercano la luce. O accucciarcì e simulare rimbalzi come olive che saltellano nella rete di raccolta... Scattiamo foto e realizziamo un grande libro colorato integrando con disegni del "mondo vegetale in movimento".

### A SCUOLA E A CASA

Mescolare, impastare, spianare, dare forma... è così che nasce la pizza! Chiediamo ai bambini di farlo a casa ma prima proviamo insieme a ideare tante pizze diverse e coloratissime dando via libera alla fantasia e sfruttando profumi, colori, sapori dei prodotti dell'orto. E per finire un filo d'olio Extra Vergine di Oliva per aggiungere gusto e salute! Scriviamo la ricetta?



# La piramide alimentare

La Dieta Mediterranea è, su candidatura del Comune di Pollica nel Cilento, riconosciuta dal 2010 Patrimonio dell'umanità UNESCO ed è stata tra i protagonisti di EXPO 2015, tanto che le è stato dedicato un sito plurilingue: [www.dietamedunesco.it](http://www.dietamedunesco.it). Il tema della Dieta Mediterranea può essere sviluppato in classe anche dal punto di vista storico sociale come è previsto nell'attività 6 (secondo livello) di questa sezione. Nel percorso sulla sana alimentazione interessano soprattutto i motivi che fanno della Dieta Mediterra-

nea un modello di alimentazione equilibrata: vi trovano spazio i prodotti che garantiscono la risposta corretta al nostro fabbisogno nutrizionale. Nel cartone animato, Mo' e Nini ci fanno scoprire con l'aiuto del noto modello a "piramide" gli alimenti che la compongono e di cui il nostro corpo ha bisogno e la frequenza e la quantità di consumo.





## PRIMO LIVELLO

La comunicazione affidata ai linguaggi non verbali come le immagini, i gesti, le forme e i colori affianca e a volte è più efficace di quella che si avvale della sola parola, specialmente con i bambini più piccoli o in situazioni multiculturali. A scuola, usando i linguaggi visivi e motori l'insegnante crea situazioni di "ascolto attivo" che consentono di interagire e comunicare efficacemente i contenuti di apprendimento, accrescendo la curiosità cognitiva e la capacità di memoria.

1

A Nini piacciono le fragole: e ai bambini? Quale prodotto hanno assaggiato? Quale piace? Rivediamo il cartone dove si parla della varietà e osserviamo attentamente la piramide della Dieta Mediterranea che ci hanno illustrato Mo' e Nini. Ricostruiamo anche noi la piramide assemblando scatole di varie dimensioni. Dipingiamo ogni "piano" con un colore diverso e incolliamo immagini degli alimenti proposti nel cartone animato: immagini disegnate o ritagliate da riviste o fotografie realizzate con l'aiuto delle famiglie. Apriamo "finestre" nelle scatole e giochiamo a inserire correttamente le immagini.

2

I colori di frutta e verdura sono occasione per introdurre il concetto di gradazione. Quante gradazioni di rosso può avere la stessa qualità di mele? Quali varietà di colore possiamo osservare nelle olive e nell'olio? Cos'altro possiamo graduare? Pensiamo alla temperatura: tocchiamo a distanza di tempo un alimento tolto dal frigo. Osserviamo che anche nelle emozioni ci sono diverse gradazioni e raccogliamo il tutto in un grande album delle gradazioni!

3

L'olio è una "spremuta di olive", ma anche frutta e verdura si possono "spremere", frullare, centrifugare. Facciamo osservare che la "frutta da bere" contiene naturalmente l'acqua di cui il nostro corpo ha molto bisogno. E per finire giochiamo a spiegare il concetto di "spremuta" disegnando calligrammi su grandi fogli colorati.



## SECONDO LIVELLO

Le domande generano apprendimento! Mano a mano che i bambini maturano competenze è importante coinvolgerli in un circolo virtuoso: le conoscenze acquisite accrescono l'interesse dei bambini per nuove informazioni e questo li porta a farsi nuove domande. Scoprono così via via fatti o idee che non combaciano con quanto è già noto e che a volte fanno cambiare il punto di vista.

4

Quali sono i “Gruppi alimentari”? Cosa c'è “dentro” il pane? Perché ci sono frutti di diversi colori? La verdura è solo verde? Dopo aver visto attentamente il cartone animato e registrato tutte le informazioni nutrizionali che propone, prepariamo con i bambini un gioco da tavolo basato su quiz sui temi legati all'alimentazione e scoperti grazie a Mo' e Nini. La sfida è multipla: costruire il gioco in modo creativo e originale (Carte? Grandi dadi?); ideare le domande; preparare le risposte di controllo; scrivere il regolamento.

5

Frutta e verdura sono prodotti coloratissimi: anche al mercato e al supermercato sono una festa per gli occhi! Ma l'arcobaleno dei prodotti agroalimentari ci racconta storie di salute: a ogni colore corrispondono infatti benefici e proprietà nutritive importanti per il benessere quotidiano. Facciamo una breve ricerca in Rete per scoprirli e rappresentiamo i risultati con un grande lapbook: un'anta per ogni colore e tante tasche per i relativi prodotti e informazioni nutrizionali!

6

La storia dei prodotti della Dieta Mediterranea come l'olio, il grano e il vino si intreccia con la storia di grandi civiltà che si affacciano sul Mar Mediterraneo. Dopo esserci documentati in biblioteca o in Rete, rendiamo visibile con tracciati e immagini il commercio di questi prodotti nelle terre del bacino del Mediterraneo. I più “tecnologici” possono realizzare gratuitamente una mappa mentale interattiva con Mindmeister ([www.mindmeister.com](http://www.mindmeister.com)).

## PER TUTTI

Lo stesso modello a piramide è stato usato per indicare i tipi e la frequenza delle attività motorie che i bambini dovrebbero fare, compresa in cima alla piramide la raccomandazione di non stare troppo tempo fermi davanti allo schermo della TV o del tablet. Incoraggiamo i bambini a giocare per esempio al salto della corda e dell'elastico, con la palla, a muoversi con i pattini, in bicicletta. Invitiamoli a fare passeggiate, a evitare l'uso dell'ascensore, a portare a spasso il cane e naturalmente a mangiare sano!

### IN GIARDINO O IN PALESTRA

Prepariamo la nostra seconda piramide: accanto a quella della Dieta Mediterranea mettiamo, dopo averne cercato un'immagine in Rete, la *piramide del movimento dei bambini*. Ricaviamo le "finestrelle" e dopo un brainstorming troviamo giochi da inserire dentro ogni finestrella poi... via a provarli tutti in palestra, nel giardino della scuola, nell'atrio, a casa! E se giocassimo tutti insieme bambini, insegnanti, famiglie durante la giornata di festa della scuola? Realizziamo poster informativi e volantini per informare sull'importanza di una sana alimentazione e di una divertente attività motoria.

### A SCUOLA E A CASA

Dopo la festa, invitiamo gli amici a casa per una merenda a base di "speciali" frittate di proteine, vitamine, lipidi, sali minerali. Una volta preparate le frittate con uova, un pizzico di sale e del parmigiano, con il bordo di un bicchiere ritagliamole in tanti dischi. Sovrapponiamole a due a due infilando nel mezzo una fetta di pomodoro e una foglia d'insalata leggermente condite con olio Extra Vergine di Oliva. Aggiungiamo un po' di ricotta mescolata a basilico tritato. Fermiamo con un lungo stuzzicadenti e... serviamo! Scriviamo la ricetta?



# Un alimento della Dieta Mediterranea: l'olio Extra Vergine di Oliva

Mo' e Nini nel cartone animato forniscono tutte le informazioni sulle proprietà dell'olio Extra Vergine di Oliva, alimento fondamentale della Dieta Mediterranea, sano e gustoso, con caratteristiche nutrizionali e metaboliche tali da renderlo unico e prezioso per la nostra salute. Il cartone animato spiega ai bambini che la qualità dell'olio Extra Vergine di Oliva è determinata soprattutto dall'essere "fatto bene": dalla raccolta delle olive al giusto grado di maturazione, alla tecnologia di trasformazione. Solo spremuta di olive che garantisce la bassa acidità, la conservazione degli antiossidanti (Vitamina E e soprattutto Polifenoli) e grassi "buoni" simili a quelli contenuti nel latte materno. Per scoprire ancora di più sul processo di produzione, si può vedere sul sito il cartone animato *Mo' e la favola dell'olio Extra Vergine di Oliva*.





## PRIMO LIVELLO

L'imitazione e il gioco simbolico del "far finta che io ero" attivano in modo molto efficace processi cognitivi, di immaginazione e di creatività. Il mondo degli alimenti è infatti ricchissimo di spunti per l'apprendimento dei bambini e per far fare loro delle esperienze sul tema, creando dei veri e propri laboratori di crescita.

1

Indossiamo un bel cappello di carta e un grembiule: ecco piccoli cuochi all'opera che prima di cucinare devono imparare a riconoscere gli ingredienti. Prepariamo in diverse ciotole insalate di vario tipo. Ne condiamo alcune con l'olio Extra Vergine di Oliva. Bendiamo i piccoli cuochi: chi annusando trova le insalate condite? Riprendiamo in video l'esperienza e i commenti dei bambini. Invitiamo a ripetere il gioco a casa chiedendo di sfidare tutta la famiglia a riconoscere all'assaggio l'insalata condita. Chi indovinerà?

2

Il celebre artista Vincent Van Gogh nel 1889 realizzò una serie di dipinti dedicata agli ulivi. Questi quadri sono considerati fra le sue opere migliori. Visualizziamoli al PC o sulla LIM o ammiriamoli in biblioteca. Proviamo a riprodurli magari utilizzando tecniche diverse? Possiamo anche realizzare vere e proprie sculture in plastilina, pasta di sale o cartapesta.

3

Possiamo approfondire le attività lavorative attorno alla bellissima pianta dell'ulivo. Ripassiamo la produzione dell'olio con la parte finale del cartone animato o sul primo cartone animato *Mo' e la favola dell'olio Extra Vergine di Oliva* sul sito [www.moniniperlascuola.it](http://www.moniniperlascuola.it). Proviamo a "ri-raccontare" la storia dell'olio dalla raccolta alla tavola in un libro animato pop-up con immagini e brevi didascalie. Possiamo scrivere le didascalie anche in inglese, magari per raccontare la storia a un compagno di scuola non italiano.



## SECONDO LIVELLO

Mano a mano che crescono i bambini sono sempre più interessati a capire come funziona il nostro corpo. È possibile orientare positivamente i comportamenti verso scelte di salute e benessere con attività che promuovono in modo attivo la ricerca di dati, informazioni e punti di vista diversi e autorevoli.

4

Nel cartone animato, l'olio è l'occasione per parlare del tanto discusso tema dei grassi. I grassi sono importanti per l'organismo e quelli contenuti nell'olio di Oliva, in particolare Extra Vergine, hanno le migliori caratteristiche nutrizionali. Facciamo un esperimento per riconoscere la presenza di grassi negli alimenti. Su un foglio da disegno ruvido disegniamo una griglia con 6 riquadri. In ognuno dei riquadri appoggiamo un pezzettino dell'alimento che decidiamo di testare. Per esempio mela, avocado, oliva, patata... In ogni riquadro scriviamo il nome dell'alimento. Schiacciamo o sfregiamo leggermente l'alimento sul foglio poi togliamolo. Lasciamo asciugare per qualche minuto. Appoggiamo poi sul vetro di una finestra e osserviamo le tracce lasciate sul foglio dall'alimento. Abbiamo scoperto quali alimenti contengono più grassi di altri! Prepariamo infine un espositore con la foto degli alimenti e i risultati della "prova-grassi".

5

Il cartone animato spiega, con l'aiuto delle divertenti immagini, i processi chimici legati all'alimentazione. Dopo aver visto il cartone, coinvolgiamo i bambini in un gioco-esperimento: in un piatto di plastica versiamo del latte intero e gocce di colorante alimentare. Immergiamo un cotton fioc nel detersivo per piatti e appoggiamolo sulla superficie del latte vicino alle gocce di colorante. Cosa succede? Scopriremo che il detersivo fa muovere il grasso nel latte. Scriviamo le osservazioni. Sarà per questo che i piatti che hanno contenuto alimenti grassi non vanno solo sciacquati? Verifichiamo usando non il latte intero ma quello totalmente scremato. Ci siamo ricordati di riprendere in video l'esperimento?

6

Cerchiamo il significato della parola "cultivar" e scopriamo che ogni cultivar corrisponde a un'area geografica di coltivazione ([www.monini.com](http://www.monini.com) alla sezione Monini > Cultura dell'olio > Varietà di olive). Se siamo abbastanza "tecnologici" possiamo realizzare una cartina interattiva utilizzando per esempio Thinglink ([www.thinglink.com](http://www.thinglink.com)). Approfondiamo con una ricerca una coppia cultivar-zona geografica, magari della nostra Regione o di quella dove abitano Mo' e Nini!



## PER TUTTI

Educhiamo le giovani generazioni a un corretto stile di vita che individua nel movimento e nella sana alimentazione un concetto di salute inteso non solo come assenza di patologie e di miglior funzionalità degli apparati del corpo, ma anche come benessere globale della persona nella sua dimensione olistica, sia fisica sia psicologica.

## IN GIARDINO O IN PALESTRA

Organizziamo in palestra o in giardino staffette, percorsi a step per raggiungere una meta. Possiamo divertirci prevedendo per ogni step uno o più giocatori che si tengono per mano, oggetti da portare o raccogliere, ostacoli da superare, saltare, attraversare. Progettiamo prima insieme percorsi e modalità seguendo queste regole: più fantasia, più movimento, più divertimento, più salute! Disegniamo i progetti di percorso su grandi cartelloni da appendere in palestra. Sperimentiamo, fotografiamo, realizziamo un grande libro illustrato o un colorato scrapbook da sfogliare tutti insieme.

## A SCUOLA E A CASA

Prepariamo insieme pane, olio Extra Vergine di Oliva, un pizzico di sale e qualche dadino di pomodoro rosso e maturo. Una merenda colorata e profumata, sana e gustosa che ci racconta l'allegria di stare insieme. Scriviamo la ricetta?





Il Frantoio del Poggiolo è un centro polifunzionale per lo sviluppo e lo studio dell'olio Extra Vergine di Oliva: da un lato laboratorio per la ricerca della qualità superiore e la valorizzazione dell'Extra Vergine, dall'altro centro per la divulgazione della sua conoscenza.

Il progetto nasce nel 2001 con l'obiettivo di creare una realtà di eccellenza capace di difendere l'origine dei prodotti analizzando, studiando e mantenendo sotto controllo tutti i parametri della filiera produttiva: dalla selezione delle cultivar, alla verifica e adeguamento dei metodi di raccolta, lavorazione e spremitura.

Un lavoro costante, attento e appassionato per ottenere il prodotto eccellente che da sempre caratterizza l'azienda Monini. Ma il Frantoio del Poggiolo si pone anche l'obiettivo di "far crescere la cultura dell'Extra Vergine" avviando un'importante opera di sensibilizzazione, conoscenza dell'olio Extra Vergine di Oliva e di educazione sensoriale.





**LaFabbrica**

**Progetto didattico Monini per la Scuola**

La Fabbrica Spa, Viale Monza 259, 20125 Milano  
moniniperlascuola@lafabbrica.net Numero verde 800175247  
www.moniniperlascuola.it