

# FRUTTA E VERDURA

UN MONDO DA ESPLORARE



QUADERNO DIDATTICO

## COME SI UTILIZZA QUESTA GUIDA

“Frutta e Verdura – un mondo da esplorare” è il quaderno didattico pensato per le classi degli alunni coinvolti nel programma Frutta e Verdura nelle Scuole.

Il quaderno è suddiviso in tre argomenti: educazione alimentare; processi produttivi nel settore ortofrutticolo; produzioni locali e certificazioni di qualità.

I temi sono narrati attraverso contenuti accessibili anche ai non addetti ai lavori. L'obiettivo è accendere la curiosità su queste nozioni, fornendo spunti per approfondimenti in classe.

La sezione “attività didattiche”, indica percorsi e propone attività laboratoriali che possono essere svolte con gli studenti. Sarà compito del docente adattare le attività all'età e alle competenze degli alunni. La sezione “che cos'è” spiega il significato di alcune parole molto usate nel settore, che potrebbe essere utile fosse noto anche a coloro che rappresentano l'ultimo anello della filiera, i cosiddetti consumatori.

Il quaderno didattico grazie alla metodologia del “fare per imparare” vuole essere di supporto agli insegnanti nello stimolare l'interesse degli alunni non solo su frutta e verdura, ma anche nei confronti del territorio dal quale provengono i prodotti e più in generale dell'agricoltura.

### CREDITI

Redazione a cura di: **Ri.Nova Soc. Coop.**, Cesena (FC)

Progetto grafico: **Grafikamente srl**, Forlì (FC)

Stampa: **Tipografia Luce**, Osimo (AN)



# INDICE

## **Educazione alimentare**

Che cosa è l'educazione alimentare? .....	pag. 6
Sane abitudini alimentari .....	pag. 6
L'importanza di una dieta equilibrata .....	pag. 7
Consumi alimentari consapevoli .....	pag. 8

## **Processi produttivi nel settore ortofrutticolo**

Dalla Terra alla Tavola: il viaggio della frutta e della verdura .....	pag. 12
Il ruolo del packaging e della commercializzazione .....	pag. 16

## **Produzioni locali e certificazioni di qualità**

Il legame tra territorio e qualità dei prodotti .....	pag. 20
Marchi di qualità: DOP, IGP, STG, PAT .....	pag. 21
Alla scoperta delle produzioni locali .....	pag. 22

<b>Giochiamo insieme</b> .....	pag. 24
--------------------------------	---------



# EDUCAZIONE ALIMENTARE

L'educazione alimentare vuole avvicinare alla **consapevolezza del cibo** assunto, comprenderne gli effetti sul proprio organismo ed imparare a riconoscerne la qualità. Ma anche l'**attenzione alla sostenibilità** ed il consumo razionale del cibo e dei prodotti in generale. L'educazione alimentare, rivolta ai giovani e allo stesso tempo alle loro famiglie, può partire senza alcun dubbio dai banchi di scuola.





## Cos'è l'educazione alimentare?

L'educazione alimentare rappresenta un pilastro fondamentale nel promuovere uno stile di vita sano e consapevole. In un'epoca in cui le scelte alimentari sono sempre più variegate e complesse, comprendere i principi di una dieta equilibrata e nutritiva è essenziale per il benessere fisico e mentale di ogni individuo.

Questo campo di studio non si limita alla sola conoscenza degli alimenti, ma si estende alla comprensione delle loro proprietà, degli effetti sulla salute e dell'impatto ambientale della produzione e del consumo alimentare. Attraverso l'educazione alimentare, si mira a fornire gli strumenti necessari per fare scelte informate, migliorare le abitudini alimentari e promuovere un rapporto equilibrato con il cibo.

## Sane abitudini alimentari

Le "sane abitudini alimentari" sono pratiche quotidiane che contribuiscono al mantenimento della salute e al benessere generale. Si tratta di scegliere alimenti vari ed equilibrati, mantenere porzioni adeguate e consumare pasti regolari, arricchiti con frutta e verdura. Queste abitudini includono anche l'ascolto dei segnali di fame e sazietà del proprio corpo e la riduzione del consumo di cibi che possono essere dannosi per la salute.

Condividere queste abitudini con i bambini è fondamentale per instaurare una relazione sana con il cibo che durerà tutta la vita. Gli adulti, e in particolare gli insegnanti possono svolgere un ruolo chiave in questo processo, incoraggiando la curiosità e la sperimentazione di nuovi cibi, e fornendo le conoscenze necessarie per fare scelte alimentari consapevoli.

## ATTIVITA' DIDATTICHE



**La piramide alimentare:** un gioco per imparare a riconoscere e scegliere gli alimenti che dovrebbero essere consumati più frequentemente.

**Il piatto colorato:** una sfida creativa per comporre un piatto equilibrato, utilizzando cibi di diversi colori e gruppi alimentari.

**La lettura delle etichette:** un'attività investigativa per imparare a identificare gli ingredienti salutari e quelli meno desiderabili nei prodotti alimentari.

**La semina in vaso:** attività pratica per scoprire il ciclo di vita dal seme alla pianta, i tempi della natura, la cura che occorre per farla crescere.

## L'importanza di una dieta equilibrata

Una dieta equilibrata è essenziale per fornire al corpo tutti i nutrienti necessari per funzionare correttamente. Per i bambini in età scolare, una dieta bilanciata supporta la crescita, lo sviluppo mentale e fisico, e può influenzare positivamente le prestazioni scolastiche e il comportamento.

Una dieta equilibrata include una varietà di cibi dai diversi gruppi alimentari:

- **Frutta e verdura:** ricche di vitamine, minerali e fibre, contribuiscono alla salute del sistema digestivo e immunitario.
- **Cereali integrali:** forniscono energia duratura e aiutano nella concentrazione durante le ore di studio.
- **Proteine:** fondamentali per la crescita e la riparazione dei tessuti, possono provenire da carne, pesce, legumi e frutta secca.
- **Latte e derivati:** fonti di calcio, importante per lo sviluppo di ossa e denti forti.

Inoltre, è importante limitare il consumo di zuccheri aggiunti, grassi saturi e sale, per prevenire problemi di salute a lungo termine come l'obesità, il diabete e le malattie cardiovascolari.





## **ATTIVITA'** **IL LABIRINTO DEI SAPORI**

Creare un grande poster o una serie di carte che rappresentino un labirinto. All'interno del labirinto, ci sono varie "stazioni" che rappresentano diversi gruppi alimentari o ingredienti specifici.

**Obiettivo:** gli studenti devono navigare nel labirinto, partendo dall'ingresso e arrivando all'uscita, passando per le stazioni dei sapori.

**Le regole:** ad ogni stazione, gli studenti devono identificare l'ingrediente o il gruppo alimentare, magari assaggiando un piccolo campione (se possibile) o identificandolo attraverso immagini o descrizioni.

**Sfide:** includere domande o indovinelli che gli studenti devono risolvere per procedere al prossimo punto del labirinto.

**Interattività:** gli studenti possono raccogliere adesivi o timbri per ogni stazione superata, che possono poi attaccare sul loro "passaporto dei sapori".

Una volta raggiunta l'uscita, gli studenti possono discutere le loro scoperte e ciò che hanno imparato sui diversi sapori e alimenti.

Questa attività può essere adattata per essere più semplice o complessa a seconda dell'età dei bambini e delle risorse disponibili. Può anche essere integrata con altre attività didattiche, come disegnare i cibi provati o scrivere una breve storia o poesia sui sapori scoperti durante il viaggio nel labirinto.

## **Consumi alimentari consapevoli**

Il concetto di "consumi alimentari consapevoli" si riferisce alla scelta di alimenti non solo in base al loro valore nutrizionale, ma anche considerando l'impatto che la produzione e il consumo di questi alimenti hanno sull'ambiente e sulla società.

È un approccio olistico che incoraggia a pensare a come e da dove proviene il cibo, chi lo ha prodotto, e quali sono le conseguenze delle nostre scelte alimentari.

Questo argomento offre l'opportunità di:

**Educare alla sostenibilità:** insegnare ai bambini l'importanza di scegliere prodotti locali, di stagione, e possibilmente biologici, per ridurre l'impatto ambientale.

**Promuovere la giustizia sociale:** discutere su come le nostre scelte alimentari possono influenzare la vita degli agricoltori e dei lavoratori nel settore alimentare, sia localmente che globalmente.

**Incoraggiare la riflessione:** stimolare i bambini a pensare criticamente sulle pubblicità e sulle strategie di marketing che influenzano le nostre scelte alimentari.



## ATTIVITA'

### IL LUNGO VIAGGIO DELLA MERENDA

Attività che consente di capire la composizione delle merende più comuni, di scoprire il lungo viaggio che compiono gli alimenti dal campo fino alla tavola e gli imballaggi che le contengono.

#### Itinerario operativo

Si allestisce il "tavolo delle merende" con 5 tipologie di spuntini tra i più gettonati.

Es. tipologie: frutta fresca di stagione (proveniente da agricoltura biologica); pane e marmellata (1 fetta di pane per alunno con ingredienti provenienti da agricoltura biologica); Patatine (1 confezione); Cracker (1 confezione); Merendine confezionate (1 confezione). L'insegnante invita gli alunni a degustare la frutta e il pane con la marmellata. Ora si valutano i principali aspetti prendendo nota di tutte le informazioni:

#### Il viaggio della merenda

- da dove vengono le materie prime che costituiscono la merenda
- dove sono state prodotte e confezionate
- quanta strada hanno fatto per arrivare sulle nostre tavole
- problematiche che nascono dalle lunghe distanze (inquinamento ambientale, costi energetici, impatto sull'economia locale)

#### Il vestito della merenda

- da che cosa è costituito l'imballaggio: carta, plastica, vetro
- i simboli dell'imballaggio
- il riuso, il riciclaggio, la raccolta differenziata, ecc.

#### Gli ingredienti della merenda

- la composizione delle merende attraverso la lettura dell'etichetta
- la stagionalità dei prodotti ortofrutticoli
- i metodi di conservazione
- i metodi di produzione (es. l'agricoltura integrata, l'agricoltura biologica)

Per tutte le caratteristiche individuate verranno attribuiti dei punteggi di merito alle singole merende (da 1 meno sostenibile a 10 più sostenibile). I **punteggi** verranno raccolti e visualizzati su un cartellone: Chi ha vinto? Qual è la merenda più sostenibile e più salutare? Perché?


L'insegnante ora può evidenziare quali sono le modalità per accorciare i viaggi dei cibi, per poter risparmiare energia e denaro, migliorare l'economia locale, ridurre l'inquinamento e aiutare l'ambiente.

Ad esempio: leggere l'etichetta dei prodotti che si acquistano per verificare tutti i requisiti che sono stati valutati; prediligere una merenda con frutta e verdura locale e di stagione e se possibile fare la spesa da agricoltori.

Merenda	Il viaggio della merenda	Il vestito della merenda	Gli ingredienti della merenda
Spiedino di frutta fresca di stagione			
Pane e marmellata			
Patatine			
Cracker			
Merendine confezionate			



# PROCESSI PRODUTTIVI NEL SETTORE AGRICOLO

A photograph of a person in a white t-shirt standing in a greenhouse. The greenhouse is filled with rows of green plants growing in white plastic mulch. The person is on the left side of the frame, and the rows of plants stretch into the distance under a white plastic covering. The background is slightly blurred, emphasizing the person and the immediate rows of plants.

La filiera alimentare è il percorso che un prodotto agroalimentare fa **dal campo alla tavola**, il suo processo produttivo, dalla preparazione del terreno, alla coltivazione della pianta fino alla produzione, trasformazione, conservazione, distribuzione, commercializzazione e **consumo**, considerando anche il riutilizzo degli scarti e il compostaggio.

## Dalla Terra alla Tavola: il viaggio della frutta e della verdura

Il viaggio che porta frutta e verdura dalla terra alla nostra tavola è un'avventura ricca di insegnamenti, che inizia con un piccolo e promettente seme. Questo seme, a seconda della sua natura, può dar vita a una varietà di piante, ognuna con il suo specifico ciclo di vita e tempo di maturazione.

Il seme, piantato nel terreno fertile, può crescere per diventare una pianta orticola come lattuga, zucchino, pomodoro o carota, oppure trasformarsi in una pianta da frutto come pesco, pero o melo. Nel caso delle piante orticole, il ciclo di crescita è relativamente breve, permettendo di raccogliere i prodotti entro poche settimane o mesi dalla semina. Al contrario, le piante da frutto richiedono un investimento di tempo maggiore, che gli agricoltori superano acquistando piante già formate che richiedono solo di essere trapiantate o impiantate. Tuttavia, dopo la piantumazione, possono passare ancora alcuni anni prima che inizino a produrre frutti. Durante questo periodo, le piante si sviluppano, fioriscono e, infine, fruttificano, offrendo raccolti annuali che ripagano l'attesa con abbondanza e dolcezza.

Andando più nel dettaglio, il viaggio della frutta e della verdura può essere descritto con queste fasi:

- 1. Preparazione del terreno:** l'agricoltore inizia dissodando il terreno, un tempo con zappa e vanga, magari aiutato da animali di grossa stazza, oggi con moderni e potenti trattori dotati di attrezzi. In questo modo il terreno viene preparato per accogliere semi e/o piante. Questa fase è fondamentale per aerare il suolo e favorire l'assorbimento di nutrienti.



2. **Semina/trapianto/impianto:** con cura e precisione, l'agricoltore semina i semi (un tempo a mano, oggi con macchine costruite per assolvere a questa delicata funzione) che daranno vita alle piante e successivamente ai frutti (in alcuni casi è la pianta stessa ad essere usata come alimento, si pensi alla lattuga). Questo passaggio richiede attenzione per garantire la giusta distanza tra ogni seme o pianta. In alternativa la messa a dimora può avvenire tramite il trapianto o l'impianto.
3. **Irrigazione:** l'acqua è vita, l'irrigazione fornisce alle giovani piantine l'umidità necessaria per crescere. L'agricoltore regola l'acqua in base al clima e al tipo di pianta (per questo motivo non è sempre necessaria).
4. **Cura:** man mano che le piante crescono, l'agricoltore le cura. Utilizza attrezzi vari come il rastrello (o attrezzi meccanizzati) per rimuovere le erbacce. Grazie alla potatura e al diradamento l'agricoltore accompagna la pianta a produrre frutti qualitativamente migliori.
5. **Raccolta:** quando frutta e verdura raggiungono la maturazione ottimale, vengono raccolte. Questa fase richiede delicatezza, soprattutto per i frutti più fragili.
6. **Logistica e trasporto:** si deve organizzare il trasporto dei prodotti dal campo al punto vendita, garantendo che arrivino freschi e in buone condizioni.
7. **Marketing e vendita:** i prodotti freschi vengono venduti nel punto vendita aziendale oppure vengono portati al mercato o al supermercato, dove le famiglie possono acquistarli, scegliendo tra una varietà di opzioni locali e stagionali. In questa fase le strategie di marketing influenzano la percezione del valore dei prodotti da parte dei consumatori e possono includere pubblicità, promozioni e posizionamento del prodotto.
8. **Preparazione:** in cucina, frutta e verdura vengono lavate, tagliate e preparate. Questa fase trasforma gli ingredienti grezzi in piatti deliziosi.
9. **Consumo:** a tavola, i piatti preparati vengono gustati, fornendo energia e nutrimento al nostro corpo. Ma il cibo fa molto di più: stimola i nostri sensi con i suoi colori, profumi e sapori, e ci regala momenti di felicità quando lo condividiamo con la famiglia e gli amici. Mangiare insieme è anche un'occasione per raccontare storie, condividere risate e creare ricordi speciali. Il cibo, quindi, non solo sazia la nostra fame ma arricchisce anche la nostra giornata. E' bene ricordare che le abitudini dei consumatori, come la preferenza per prodotti locali e di stagione, hanno un impatto significativo sulla filiera ortofrutticola.
10. **Riutilizzo degli scarti di preparazione:** gli scarti di preparazione, come bucce o foglie, possono essere riutilizzati. Per esempio, le bucce possono diventare parte di un brodo vegetale.
11. **Compostaggio degli scarti inutilizzati:** gli scarti inutilizzati vengono infine compostati, trasformandosi in un ricco fertilizzante che può nutrire nuove piante, chiudendo il ciclo della vita.

Questo ciclo non solo ci fornisce cibo, ma ci insegna anche il valore del rispetto per la natura e l'importanza di un approccio sostenibile alla vita.

È importante sapere che dietro ogni processo produttivo (dal seme alla tavola) ci sono numerose fasi, persone, regole, passaggi, che costituiscono la struttura portante della filiera ortofrutticola.

## ATTIVITA' DIDATTICHE



**Riciclo e riutilizzo in cucina:** ecco alcuni esempi di come gli scarti di preparazione possono avere una seconda vita utile e sostenibile. In classe, potreste discutere e persino sperimentare alcune di queste idee per insegnare agli alunni l'importanza del riciclo e del riutilizzo in cucina. Ad esempio:

**Chips di bucce:** le bucce di patate, carote o mele possono essere trasformate in gustose chips. Basta lavarle bene, tagliarle sottilmente, condire con un filo d'olio e un pizzico di sale, e infornarle fino a che non diventano croccanti.

**Aceto aromatico:** le bucce di agrumi come arance, limoni o lime possono essere messe a macerare in aceto bianco per alcune settimane, creando un aceto aromatico perfetto per insalate o per la pulizia ecologica della casa.

**Tisane:** le foglie di alcuni ortaggi, come quelle di carota o sedano, possono essere essiccate e utilizzate per preparare tisane rilassanti e digestive.

**Cubetti di ghiaccio aromatizzati:** gli scarti di erbe aromatiche o pezzetti di frutta possono essere inseriti in vassoi per il ghiaccio, coperti d'acqua e congelati, per creare cubetti di ghiaccio aromatizzati da aggiungere a bevande o cocktail.

**Che cosa mangiamo della pianta?** Non sempre mangiamo la foglia, a volte mangiamo il fiore, spesso gustiamo la radice, in alcuni casi anche il fusto o anche il seme. Porta a scuola alcuni ortaggi e frutti, per introdurre una discussione, ma anche un gioco/staffetta che porta a rispondere a questa domanda!

**Compost per piante:** se proprio non riusciamo a mangiare tutto, gli scarti di verdura possono essere aggiunti al compost per arricchirlo di nutrienti, che poi serviranno a nutrire altre piante in giardino o in vaso.



I prodotti arrivano sulle nostre tavole grazie all'impegno e alla volontà delle persone: chi produce e chi consuma. Ma questo non basta.

Ecco, allora, per capire meglio, una lista sintetica di elementi che influenzano la filiera.

- **Certificazioni di qualità:** mentre le specifiche certificazioni di prodotto e di territorio saranno trattate in un altro capitolo, è importante notare che le "certificazioni di qualità" rappresentano un segno di garanzia per il consumatore sulla qualità e l'origine dei prodotti.
- **Normative di settore:** le leggi e i regolamenti assicurano che i prodotti ortofrutticoli rispettino gli standard di sicurezza alimentare e le pratiche agricole corrette, proteggendo sia i consumatori che l'ambiente.
- **Tecnologie innovative:** l'adozione di nuove tecnologie, come l'agricoltura di precisione, sta trasformando la filiera, rendendo la produzione più efficiente e sostenibile.

## ATTIVITA' DIDATTICHE



**Pubblicità alla lente d'ingrandimento:** analizzare insieme diverse pubblicità alimentari, discutendo i messaggi trasmessi e la loro veridicità.

**Creazione di un packaging eco-sostenibile:** un progetto creativo dove gli studenti progettano il packaging per un prodotto alimentare, con un occhio di riguardo verso la sostenibilità e il riciclo. Queste attività mirano a educare i bambini sull'importanza di un approccio consapevole al consumo, evidenziando come le scelte individuali possano avere un impatto significativo sulla salute e sull'ambiente.

**Nei panni di un copywriter:** invita ogni alunno (o a gruppi) a mettersi nei panni di un copywriter per far ideare uno slogan per invitare all'acquisto del loro cibo preferito. Sarà un'occasione per mettere in luce la creatività degli alunni e anche discutere sul valore del messaggio pubblicitario.

### Il ruolo del packaging e della commercializzazione

Il packaging e la commercializzazione sono due aspetti fondamentali nel settore alimentare che influenzano notevolmente le scelte dei consumatori e l'impatto ambientale dei prodotti. Questi elementi interagiscono con la nostra alimentazione quotidiana e per questo è molto importante essere informati e diventare consumatori consapevoli.

#### Packaging: protezione e presentazione

Il packaging ha il compito primario di proteggere gli alimenti da danni e contaminazioni, garantendo la loro freschezza e sicurezza fino al momento del consumo. Tuttavia, il packaging va oltre la semplice funzione protettiva; esso comunica anche informazioni importanti sul prodotto, come gli ingredienti, la data di scadenza e le istruzioni per l'uso. Inoltre, il design del packaging può attrarre l'attenzione e influenzare le scelte d'acquisto, specialmente quando si tratta di prodotti destinati ai bambini.

#### Commercializzazione: comunicazione e responsabilità

La commercializzazione comprende tutte le strategie utilizzate per promuovere e vendere un prodotto. Questo include la pubblicità, le promozioni, e la collocazione dei prodotti nei punti vendita. È importante che la commercializzazione sia responsabile, soprattutto quando si rivolge a un pubblico giovane. Gli insegnanti possono aiutare gli studenti a sviluppare un pensiero critico riguardo alle tecniche di marketing, insegnando loro a riconoscere le strategie persuasive e a valutare l'effettiva qualità dei prodotti.





## CHE COS' E'?



**Copywriter:** è un professionista specializzato nella scrittura persuasiva, essenziale nel settore del marketing e della comunicazione per promuovere prodotti e servizi. Il suo ruolo è creare contenuti testuali accattivanti capaci di parlare al pubblico di riferimento, trasformando l'interesse in azioni concrete come acquistare un prodotto o iscriversi a un servizio, ecc.

**Recupero:** insieme di strategie e metodologie volte a recuperare materiali utili dai rifiuti al fine di riutilizzarli anziché smaltirli direttamente in discarica.

**Riutilizzo:** il reimpiego di un prodotto prima che diventi un rifiuto. Si attua quando, dopo una prima fase di consumo, un oggetto continua a essere utilizzato mantenendo la funzione d'uso originaria.

**Riciclo:** è il processo attraverso il quale da un rifiuto si ottengono materie prime "secondarie", cioè materiali di riciclo, appunto, utilizzabili in nuovi processi produttivi.

# PRODUZIONI LOCALI E CERTIFICAZIONI DI QUALITÀ

La **qualità** è il risultato di diversi fattori concomitanti. Comprende le caratteristiche organolettiche, quelle nutrizionali, quelle tecnologiche, quelle culturali, ma anche gli aspetti legati alla tutela dell'ambiente e le scelte e i comportamenti etici assunti lungo la filiera.

Le **certificazioni di qualità** si suddividono in due macro categorie: certificazioni di sistema e certificazioni di prodotto. Le certificazioni di qualità garantiscono che l'alimento acquistato è stato prodotto secondo **standard qualitativi** e requisiti definiti in una specifica norma.



## Il legame tra territorio e qualità dei prodotti

Il legame tra il territorio e la qualità dei prodotti agricoli è un concetto fondamentale che sottolinea l'importanza dell'ambiente e delle pratiche agricole nella determinazione delle caratteristiche di frutta e verdura.

### Territorio: un'impronta unica sui prodotti

Ogni regione ha caratteristiche climatiche, geologiche e idrologiche uniche che contribuiscono a creare prodotti con qualità distintive. Questo fenomeno, noto come "terroir", è particolarmente evidente nel settore vinicolo, ma si applica anche a molti altri prodotti alimentari. Ad esempio, il suolo vulcanico di alcune aree può arricchire la frutta con minerali specifici, mentre un clima particolare può influenzare il sapore e la consistenza delle verdure.

### Certificazioni di qualità: garanzia di eccellenza

Le certificazioni di qualità come DOP (Denominazione di Origine Protetta), IGP (Indicazione Geografica Protetta), STG (Specialità Tradizionale Garantita) e PAT (Prodotti Agroalimentari Tradizionali) sono marchi che attestano l'origine geografica di un prodotto e il rispetto di rigorosi standard di produzione. Questi marchi non solo garantiscono la qualità, ma anche la tutela delle tradizioni locali e la biodiversità.

## ATTIVITA' DIDATTICHE



**Mappa delle eccellenze:** creare una mappa delle specialità locali, evidenziando le aree geografiche e le caratteristiche uniche dei prodotti. Si può associare anche alla ricerca di ricette tipiche e successivamente la loro realizzazione.

**Assaggio del "territorio":** organizzare una degustazione di prodotti con diverse certificazioni di qualità, discutendo le differenze e l'importanza del territorio.

**Viaggio virtuale:** utilizzare strumenti digitali per esplorare le regioni note per specifici prodotti, comprendendo il legame tra ambiente e qualità.

**Laboratorio di etichettatura:** imparare a riconoscere e interpretare le etichette dei prodotti, focalizzandosi sulle certificazioni di qualità.

## Marchi di Qualità: DOP, IGP, STG, PAT

Sono simboli di eccellenza che garantiscono l'autenticità e la provenienza dei prodotti alimentari, oltre a tutelare le tradizioni e le tecniche di produzione locali.

### DOP (Denominazione di Origine Protetta)

Il marchio DOP identifica prodotti le cui caratteristiche dipendono essenzialmente o esclusivamente dal territorio in cui sono prodotti. Le fasi di produzione, trasformazione e lavorazione devono avvenire in una determinata area geografica. Come esempi possiamo citare i più famosi Parmigiano Reggiano DOP, Grana Padano DOP e Prosciutto di Parma DOP, ma anche i meno conosciuti Nocciola Romana DOP, Aglio Bianco Polesano DOP, Mela Val di Non DOP, Susina di Dro DOP.



### IGP (Indicazione Geografica Protetta)

Il marchio IGP è attribuito a prodotti per i quali almeno una delle fasi di produzione, trasformazione o lavorazione avviene in una specifica area geografica. Questo marchio sottolinea il legame con il territorio e la qualità specifica, la reputazione o altre caratteristiche attribuibili all'origine geografica. Esempi sono il Kiwi di Latina IGP, Radicchio Rosso di Treviso IGP, Ciliegia di Marostica IGP, Mela Alto Adige/Südtiroler Apfel IGP e le Mele del Trentino IGP.



### STG (Specialità Tradizionale Garantita)

Il marchio STG evidenzia la composizione tradizionale del prodotto o il metodo di produzione tradizionale. Non è necessario che il prodotto sia legato a una specifica area geografica. La Mozzarella tradizionale STG è un esempio di prodotto che conserva le metodologie tradizionali.



## ATTIVITÀ DIDATTICHE



**Caccia al marchio:** una gara a squadre per identificare i marchi DOP, IGP, STG e PAT su vari prodotti alimentari. Chi ne trova di più vince! Segue discussione in gruppo e preparazione di semplici ricette utilizzando prodotti con differenti marchi di qualità, per apprezzarne le caratteristiche.

**Gioco di ruolo:** simulare una commissione per l'assegnazione dei marchi di qualità, valutando prodotti e discutendo i criteri di assegnazione. Confrontare i risultati con le schede relative ai principali prodotti di qualità della tua Regione.

## PAT (Prodotti Agroalimentari Tradizionali)

Il riconoscimento PAT è riservato a prodotti che sono tradizionali per composizione delle materie prime o per modalità di lavorazione e sono radicati nella cultura gastronomica di una regione. Questi prodotti sono parte del patrimonio culturale e storico di un territorio.

Nella **regione Lazio**, si trovano diversi Prodotti Agroalimentari Tradizionali (PAT) vegetali che rappresentano la ricchezza e la varietà del territorio. Tra questi, l'Actinidia è un frutto coltivato principalmente nella provincia di Latina, la cui storia inizia nei primi anni '70. L'Aglio rosso di Castelliri, l'Aglio rosso di Proceno, l'Arancia rossa di Suio e l'Arancio biondo di Fondi, l'Asparago delle acque Albule di Tivoli e Guidonia Montecelio, l'Asparago verde di Canino e Montalto di Castro. Questi prodotti non solo arricchiscono la tavola ma anche la cultura e l'identità della regione Lazio, testimoniando l'importanza di preservare le tradizioni agroalimentari locali.



### Alla scoperta delle produzioni locali

La **regione Lazio** vanta un clima mite e terreni fertili, ideali per la coltivazione di una grande varietà di frutta e verdura. Dalle pianure costiere alle zone collinari, ogni area contribuisce con prodotti unici. Tra le produzioni ortofrutticole tipiche spicca il Carciofo Romanesco, coltivato in aree ben definite delle province di Roma, Latina e Viterbo, noto per il suo gusto particolare e la sua semplicità di coltivazione, che risale all'epoca etrusca. Il Kiwi di Latina è il prodotto ortofrutticolo principale della provincia e si distingue per la sua componente zuccherina più elevata della media, rendendolo un successo commerciale anche all'estero. Altri prodotti degni di nota includono mele, pere, pesche, prugne e l'uva da vino, oltre a colture come pomodori, olive, fichi e carciofi. La regione è anche famosa per le sue specialità casearie, come il Pecorino Romano DOP, e per gli oli d'oliva di qualità.

### CHE COS' È?



**Certificazione:** è il frutto di una serie di verifiche su un prodotto o su un processo. Tali verifiche (processo di certificazione) sono svolte da un'azienda specializzata. La certificazione, essendo svolta da un soggetto diverso dal produttore del bene, rappresenta un'ulteriore garanzia circa la qualità e la salubrità del prodotto.

**Marchio:** segno indelebile di riconoscimento.

**Patrimonio culturale:** l'insieme di beni culturali e paesaggistici, che costituiscono la ricchezza di un luogo e della sua popolazione, in particolare a livello artistico, storico, bibliografico, etno-antropologico o archivistico.

## Kiwi di Latina IGP

Il Kiwi di Latina IGP è un frutto di eccellenza coltivato nella provincia di Latina, nel cuore del Lazio. Questo kiwi è il risultato di un microclima ideale e di un terreno fertile che permettono di esprimere al meglio le sue caratteristiche.

Forma: cilindrico-ellissoidale, con altezza superiore al diametro.

Buccia: colore bruno con fondo verde chiaro, ricoperta da una fine peluria.

Polpa: verde smeraldo chiaro, con columella biancastra e morbida, circondata da una corona di piccoli e numerosi semi neri.

Proprietà nutritive e organolettiche: Il Kiwi di Latina IGP è noto per essere ricco di vitamina C, potassio e fibre. La sua polpa è dolce e leggermente acidula, con una consistenza morbida e succosa che lo rende un frutto gustoso e salutare.

Introdotta negli anni '70, la coltivazione del kiwi a Latina ha visto un rapido successo. La denominazione IGP è stata conferita nel 1996, riconoscendo l'unicità e l'eccellenza di questo prodotto. La coltivazione inizia con l'impianto di piante maschili e femminili e la produzione inizia circa 4 anni dopo il trapianto, con la raccolta tra la fine di ottobre e la prima decade di novembre.

La provincia di Latina è la prima produttrice di kiwi in Europa.

Il kiwi può essere conservato in frigorifero mantenendo le sue proprietà nutritive fino a due mesi.

Oltre ad essere gustato al naturale, il kiwi si presta a numerose ricette, sia dolci che salate, grazie al suo sapore particolare.



## ATTIVITA' DIDATTICHE



**Il gioco dei prodotti locali:** un'attività ludica per associare ogni prodotto alla sua zona di coltivazione nel Lazio.

**Laboratorio di degustazione:** assaggiare e confrontare i prodotti IGP e DOP del Lazio, discutendo le loro caratteristiche uniche. Annotare le impressioni scaturite in una scheda di valutazione.

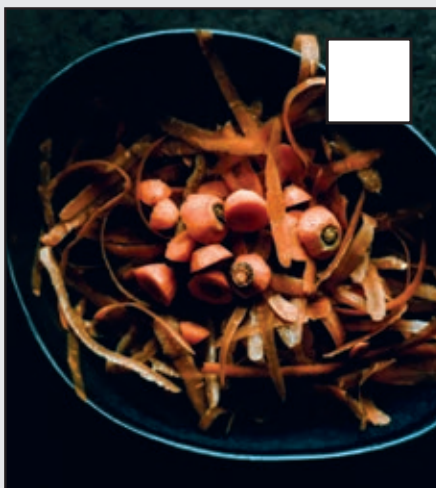
**Diario di viaggio:** creare un diario illustrato che documenti la varietà delle produzioni locali e le visite virtuali alle aziende agricole.

# GIOCHIAMO INSIEME

## DAL CAMPO ALLA TAVOLA

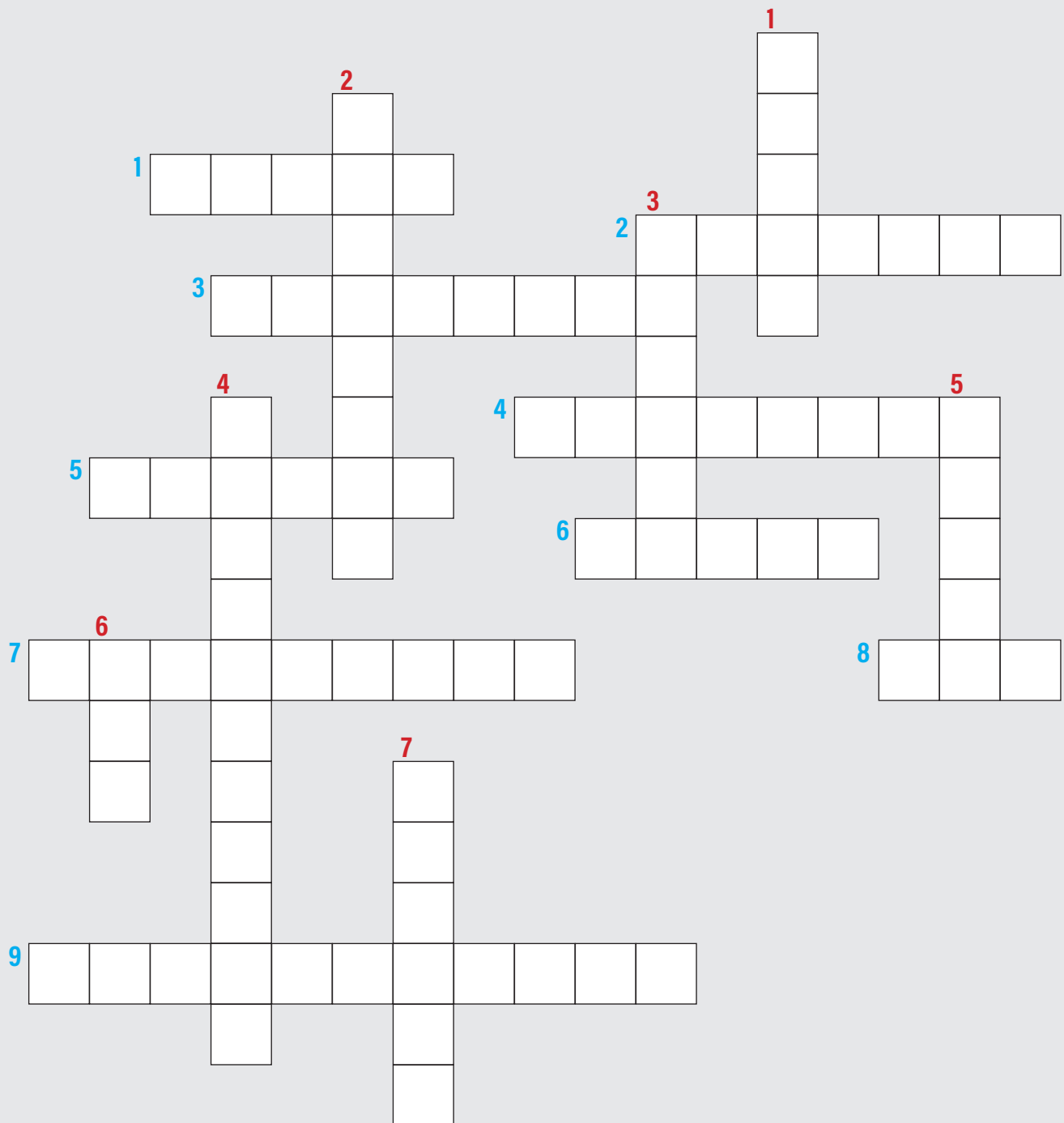
Metti nell'ordine corretto le seguenti fasi. Ritaglia le immagini e incollale su un foglio bianco o sul quaderno nella giusta sequenza temporale dal campo al compostaggio.

N.B. puoi anche solamente scrivere il numero (dal nr. 1 al nr. 10) all'interno della casellina bianca di ogni immagine.





# PAROLE CROCIATE



## Definizioni Orizzontali

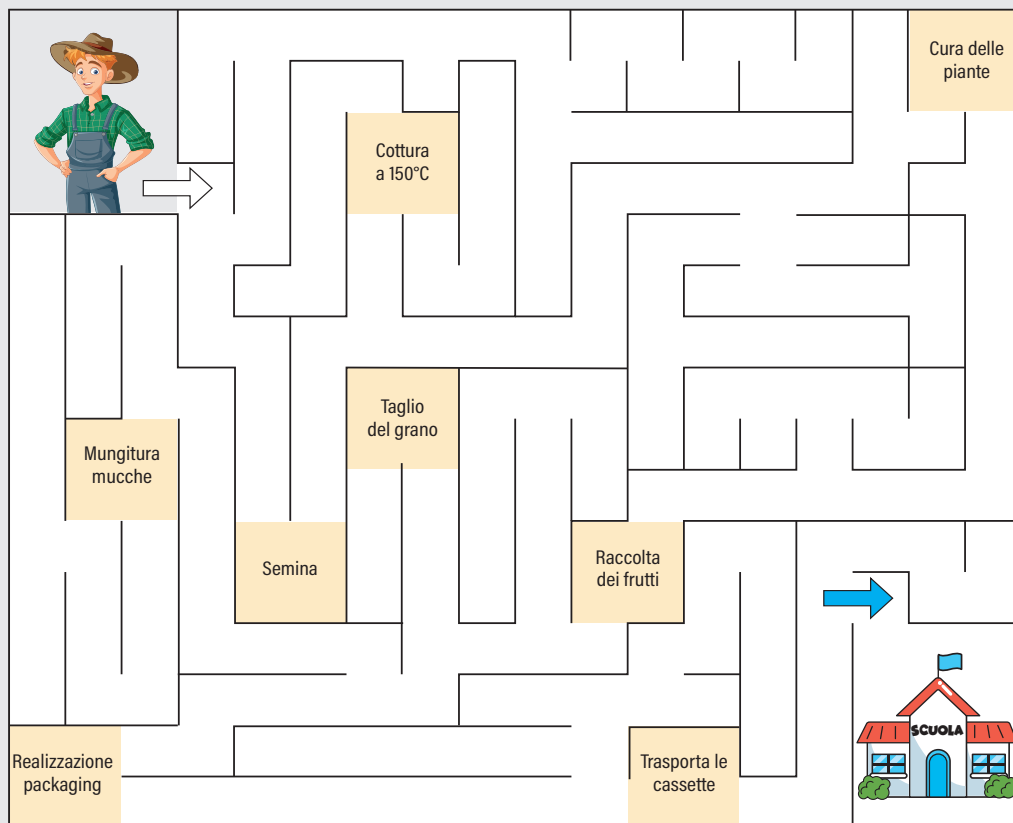
- 1 Aiuta la digestione.
- 2 Selezione dei prodotti in base alla qualità.
- 3 Nutriente essenziale per la crescita.
- 4 Quando i frutti vengono prelevati dalle piante.
- 5 Inizio del ciclo di vita di una pianta.
- 6 Opposto di amaro.
- 7 Prodotto senza l'uso di pesticidi sintetici.
- 8 Denominazione di Origine Protetta.
- 9 Prodotto secondo metodi tradizionali.

## Definizioni Verticali

- 1 Sapore tipico del caffè.
- 2 Fondamentali per la costruzione dei muscoli.
- 3 Minerale importante per le ossa.
- 4 Protezione del prodotto per il trasporto.
- 5 Sapore tipico del limone.
- 6 Indicazione Geografica Protetta.
- 7 Sapore tipico del mare.

# IL LABIRINTO

Aiuta l'agricoltore a produrre le buone fragole che porterà a scuola  
 Attenzione: se sbagli attività le tue fragole non arriveranno mai nella tua scuola!



# PAROLE NASCOSTE

Trova le parole nascoste e con le lettere rimaste scopri la soluzione

R	I	C	I	C	L	O	E	F	A	C	Q	U	A	R
U	E	Q	T	T	A	E	N	E	R	G	I	A	E	A
V	N	U	T	R	I	Z	I	O	N	E	E	R	D	R
U	O	A	S	A	L	E	M	E	R	C	A	T	O	E
R	I	L	E	T	U	L	A	S	O	L	A	R	E	P
A	Z	I	M	S	O	S	T	E	N	I	B	I	L	E
T	I	T	I	A	N	A	I	C	O	M	P	O	S	T
O	D	A	N	E	G	L	V	P	U	L	I	T	O	L
R	A	E	A	I	A	T	I	C	S	E	R	C	S	C
A	R	U	O	O	V	B	I	O	L	O	G	I	C	O
C	T	N	A	T	U	R	A	C	C	O	L	T	O	L
T	E	R	R	I	T	O	R	I	O	L	O	U	S	E
L	A	T	T	U	G	A	O	R	O	D	O	M	O	P

## Parole nascoste:

Acqua	Qualità	Biologico
Raccolto	Carota	Riciclo
Compost	Salute	Crescita
Semina	Energia	Solare
Lattuga	Sostenibile	Mela
Stagione	Mercato	Suolo
Natura	Territorio	Nutrizione
Tradizione	Pera	Uva
Pomodoro	Vitamine	Pulito

Con le lettere rimaste componi la soluzione (6, 1, 7, 5, 6):

\_\_\_\_\_

# SOLUZIONI DEI GIOCHI

## DAL CAMPO ALLA TAVOLA



PUNTEGGI											
PARZIALI										FINALI	
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-10
1	1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-6
1	1	1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-4
1	1	1	-1	1	1	0	-1	1	0	0	4
1	1	1	-1	1	0	-1	-1	1	0	0	2
1	1	1	1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-2
1	1	1	1	-1	1	1	1	0	-1	-1	5
1	1	1	1	1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	0
1	1	1	1	1	-1	1	0	-1	-1	-1	3
1	1	1	1	1	-1	1	1	0	-1	-1	5
1	1	1	1	1	1	-1	-1	-1	-1	-1	2
1	1	1	1	1	1	-1	1	0	-1	-1	5
1	1	1	1	1	1	-1	1	1	0	0	7
1	1	1	1	1	1	1	-1	-1	-1	-1	4
1	1	1	1	1	1	1	-1	1	0	0	7
1	1	1	1	1	1	1	1	-1	-1	-1	6
1	1	1	1	1	1	1	1	1	-1	-1	8
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10

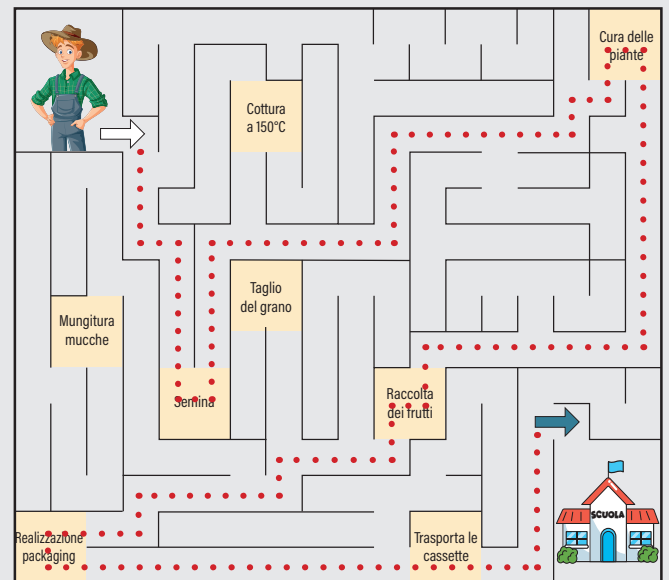
**Punteggio:** 1 punto per ogni fase abbinata correttamente, a partire da due fasi collegate correttamente, quindi minimo 2 punti, ma che vanno sommati algebricamente ai punti "negativi" delle fasi che non sono state indovinate. Se in una sequenza (sempre di 10) dopo una prima aggregazione giusta se ne individuano altre ma separate, alle combinazioni successive viene assegnato un punto positivo in meno come da schema sopra.

## PAROLE NASCOSTE

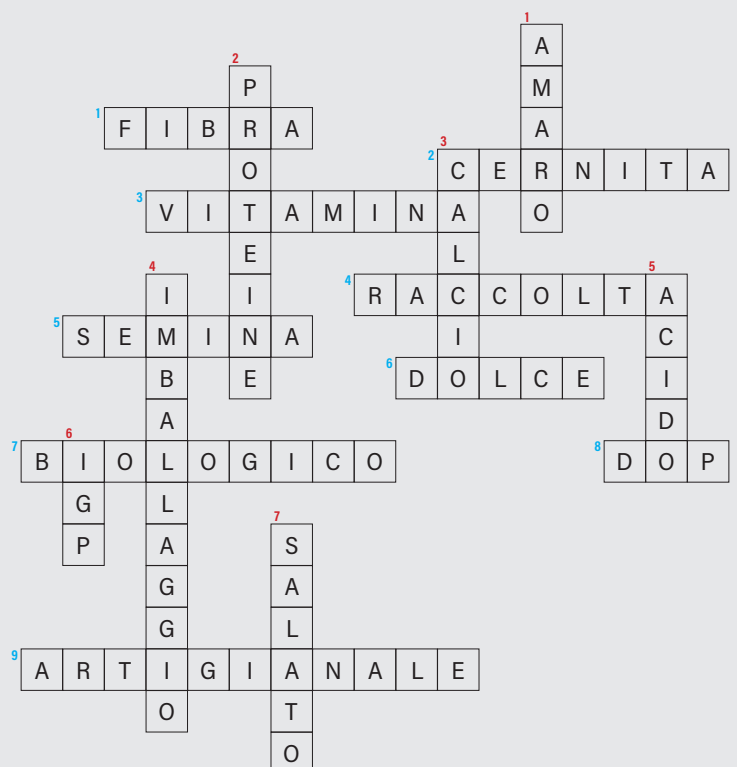
La frase è: FRUTTA E VERDURA NELLE SCUOLE

R	I	C	I	C	L	O	E	F	A	C	Q	U	A	R
U	E	Q	T	T	A	E	N	E	R	G	I	A	E	A
V	N	U	T	R	I	Z	I	O	N	E	E	R	D	R
U	O	A	S	A	L	E	M	E	R	C	A	T	O	E
R	I	L	E	T	U	L	A	S	O	L	A	R	E	P
A	Z	I	M	S	O	S	T	E	N	I	B	I	L	E
T	I	T	I	A	N	A	I	C	O	M	P	O	S	T
O	D	A	N	E	G	L	V	P	U	L	I	T	O	L
R	A	E	A	I	A	T	I	C	S	E	R	C	S	C
A	R	U	O	O	V	B	I	O	L	O	G	I	C	O
C	T	N	A	T	U	R	A	C	C	O	L	T	O	L
T	E	R	R	I	T	O	R	I	O	L	O	U	S	E
L	A	T	T	U	G	A	O	R	O	D	O	M	O	P

## IL LABIRINTO



## PAROLE CROCIATE



Programma destinato alle scuole "Frutta e Verdura nelle scuole" annualità 2023/2024  
Ambito territoriale N. 5

