



Tappa: Bere acqua

Situazione di partenza

I bambini dell'asilo ricevono da bere ogni giorno acqua e tè. Ma come viene preparato effettivamente il tè? Cosa occorre? In questa tappa, i bambini hanno l'opportunità di preparare il tè da soli e di scoprire cosa contiene una bustina di tè e cosa accade quando viene immersa in acqua calda o fredda.

Materiale

- ▶ 4 caraffe trasparenti (attenzione alle caraffe in vetro! Possono rompersi quando l'acqua fredda entra in contatto con quella calda). In alternativa, è possibile utilizzare dei recipienti graduati.
- ▶ 1 mazzetto di foglie fresche di menta piperita
- ▶ 10 bustine di tè alla frutta (circa 1 bustina per 2 dl di tè)
- ▶ 1 limone
- ▶ 1 spremiagrumi
- ▶ 100 ml di succo d'arancia
- ▶ 1 litro di tè alla frutta già preparato e raffreddato
- ▶ 1 dispenser di acqua calda o thermos
- ▶ 1 tavolo
- ▶ 1 pattumiera / compostiera

Preparazione

Spremere il limone, portare l'acqua a ebollizione (se necessario, lasciarla raffreddare) e versarla nel thermos. Preparare il tavolo in un luogo ombreggiato vicino alla cucina e predisporre tutto il materiale.

Attuazione

I bambini devono preparare il tè da soli, per quanto possibile. Le persone di riferimento sostengono i bambini nella preparazione. Prestare attenzione quando si versa l'acqua calda nelle caraffe (rischio di ustioni, rottura del vetro).

Nella prima caraffa viene preparato il tè alla frutta. I bambini possono osservare il progressivo cambio di colore nella caraffa. Quali colori individuano? Con che velocità cambia il colore dell'acqua? Se la bustina di tè è rimasta in infusione per un tempo sufficiente, la si può strappare e analizzarne il contenuto (attenzione a non scottarsi!). I bambini riconoscono qualcosa? Che odore ha il contenuto? Che sensazioni dà il contenuto?

Nella seconda caraffa si prova a preparare il tè alla frutta con l'acqua fredda. I bambini imparano che la preparazione del tè funziona solo con l'acqua calda.

Nella terza caraffa viene preparato un tè alla menta piperita fresca. I bambini possono osservare cosa accade alle foglie fresche, il loro odore prima e dopo l'infusione in acqua, il colore che assume l'acqua del tè ecc.

Nell'ultima caraffa viene preparato il tè freddo. Ecco un suggerimento per la preparazione: mettere in infusione 1 litro di tè alla frutta secondo le istruzioni e lasciarlo raffreddare (in anticipo). Aggiungere il succo di un limone e il succo d'arancia, eventualmente aggiungere al tè alcuni cubetti di ghiaccio prima di servirlo.

I bambini possono assaggiare direttamente i diversi tipi di tè (attenzione a non scottarsi!). Il tè rimasto può essere offerto come bevanda in un secondo momento.



Durata

15 minuti circa

Obiettivo

Attraverso la preparazione del tè, i bambini sperimentano una variante del gusto dell'acqua. Riconoscono cosa accade durante la preparazione e associano il tè a un'esperienza interessante. Imparano inoltre che la frutta può essere utilizzata anche in questa variante.

Impressum

© Società Svizzera di Nutrizione SSN

Società Svizzera di Nutrizione SSN
Eigerplatz 5 | CH-3007 Berna
T +41 31 385 00 00 | info@sge-ssn.ch



tabula | Rivista dell'alimentazione
Redazione T +41 31 385 00 17 | www.tabula.ch



Test d'alimentazione
www.sge-ssn.ch/test



shop ssn | Negozio online della SSN
T +41 31 385 00 00 | www.sge-ssn.ch/shop

Retrouvez-nous sur



In collaborazione con:



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Dipartimento federale dell'interno DFI
Ufficio federale della sicurezza alimentare e
di veterinaria USAV



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



SWISSLOS

Lotteriefonds
Kanton Bern