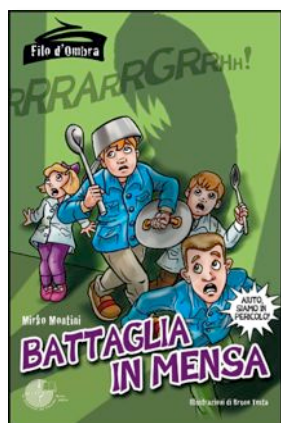


GIRA IL PIATTO CON CUOCO FILIPPO



SCEGLI I PRIMI, I SECONDI, LE VERDURE E... DIVERTITI AD ASSAGGIARE!

Obiettivi

- Stimolare alla scelta consapevole dell'*assaggio*
- Sperimentare il piacere della scoperta di nuovi sapori
- Individuare alimenti indispensabili per una corretta e sana alimentazione
- Riconoscere le principali portate di un pasto
- Riconoscere l'importanza e la funzione dei vari alimenti (il ruolo fondamentale che ricoprono i primi in un pasto, le verdure, la frutta, l'acqua)
- Promuovere un rinnovato e corretto approccio al consumo di cibo
- Associare il cibo ai valori di affettività, trasformando il pasto in un momento di socializzazione e di formazione

Modalità

A pag. 5, trovi la base del piatto da stampare. A pag. 6, il disco piccolo e le lancette. A pag. 7 ci sono le tessere con i cibi da ritagliare.

Dopo aver colorato le lancette secondo le indicazioni, ritagliato tutto l'occorrente e composto il piatto ruotante, scegli le tessere-cibo da incollare negli spazi giusti e inizia a giocare con mamma e papà, sbizzarrendoti in nuovi e originali menu.

Di seguito, le fasi illustrate della costruzione per capire meglio.

Consigli

- Stampa il materiale da pag. 5 su cartoncino bianco, è più resistente e pratico rispetto a un normale foglio.
- Troverai delle tessere-cibo vuote. Se ti va, disegna altri cibi e crea un nuovo, originale "Gira il piatto con cuoco...".
- Prima di ritagliare le lancette, colorale!

Occorrente

- Forbici con la punta arrotondata
- Matita ben appuntita
- Pennarelli o pastelli rosso, giallo e verde
- Colla stick
- Un fermacampione

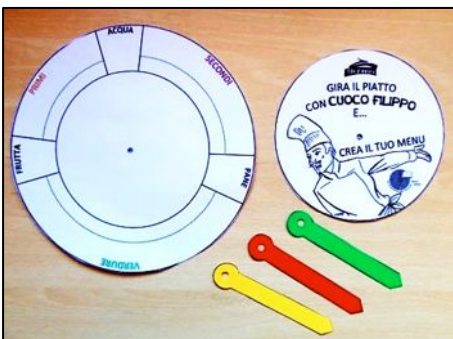
Costruiamolo insieme



Colora le lancette: una di rosso, una di verde e una di giallo.
Ritaglia il piatto grande, il disco piccolo e le 3 lancette.



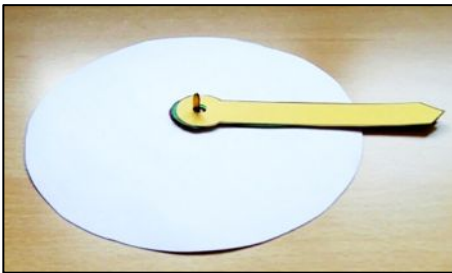
Ritaglia le tesserine con i cibi



Con la matita ben appuntita fai un buco al centro del piatto, del disco piccolo e delle lancette.



Prendi il fermacampione e inseriscilo al centro del disco piccolo, con la testina rivolta dalla parte del disegno.



Capovolgi il disco sul piano di lavoro, allinea le tre lancette in modo che il buco coincida, e centrale con il fermacampione.



Centra con il fermacampione anche il piatto grande. Apri le alette del fermacampione: il piatto di cuoco Filippo è assemblato.



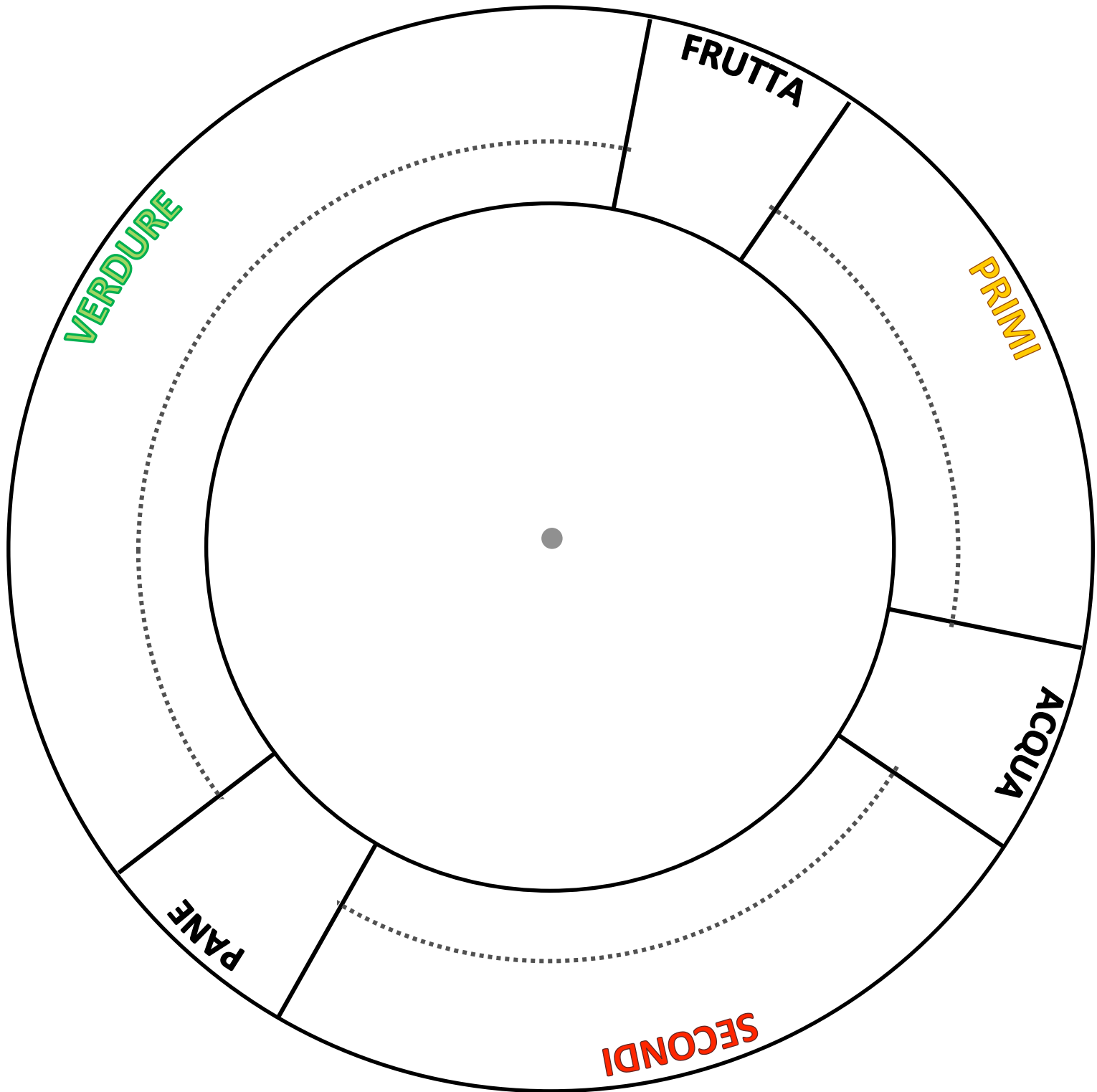
Capovolgi il disco, il piatto è quasi pronto.



Incolla i tre alimenti che di solito durante il pasto non mancano mai sulla tavola: l'acqua, la frutta e il pane.

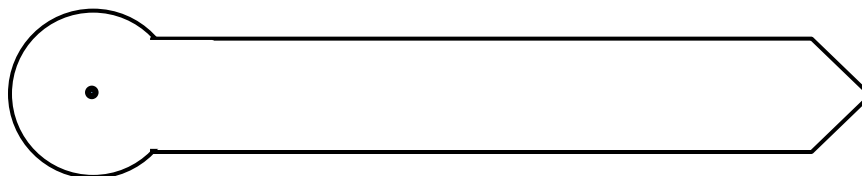
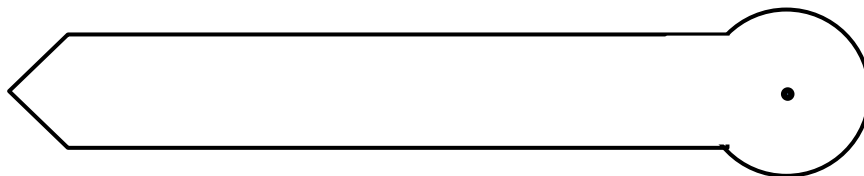
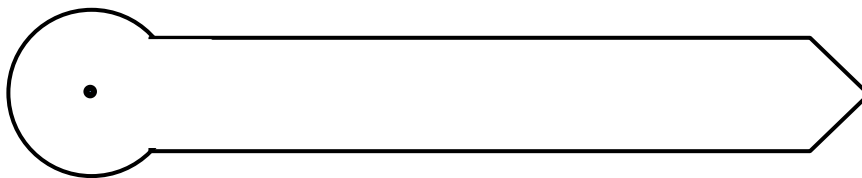


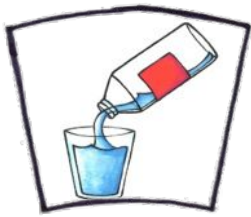
Infine incolla anche le altre tessere. Scegli quali alimenti ti piacerebbe assaggiare. Poi con la lancetta gialla potrai scegliere il tuo primo, con la rossa il secondo e con la verde le verdure. Sbizzarrisciti a creare dei menu nuovi e originali.





GIRA IL PIATTO
CON **CUOCO FILIPPO**
E...

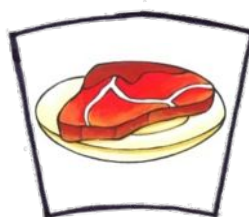




acqua



barbabietole



bistecca



cavolfiori



carote



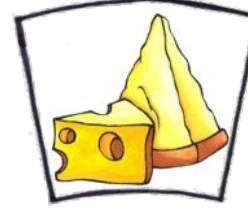
cereali



fagiolini



finocchi



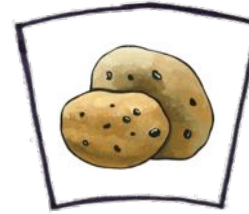
formaggio



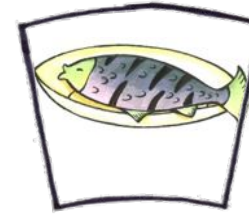
frutta



pasta



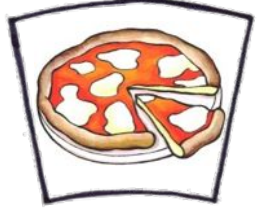
patate



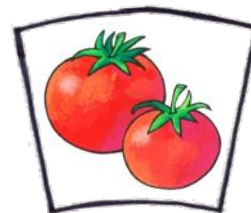
pesce



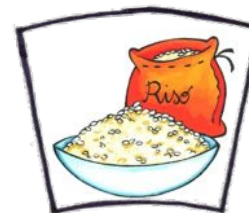
piselli



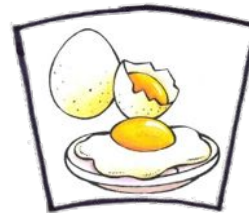
pizza



pomodori



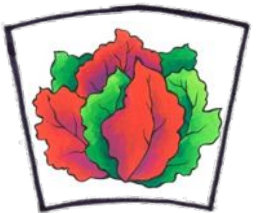
riso



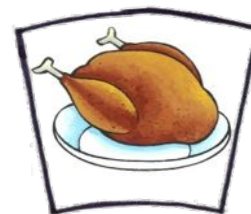
uovo



pane



insalata



pollo



zucchine

