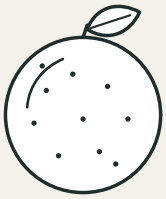
Frutta d'inverno: riconosco e scrivo

Scheda 1

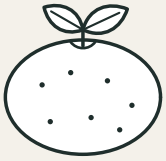
Nome _____ Data _____

Infanzia 5 anni · classe 1ª

1 **Di' il nome a voce alta. Ripassa la parola grigia, poi scrivila nelle caselle, una lettera per casella.**



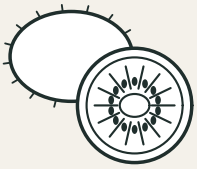
ARANCIA



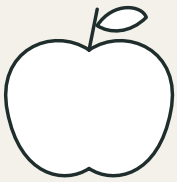
MANDARINO



LIMONE



KIWI



MELA



PERA

Punti ____ / 6

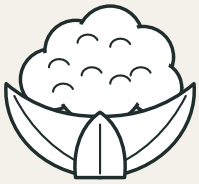
Verdura d'inverno: riconosco e scrivo

Scheda 2

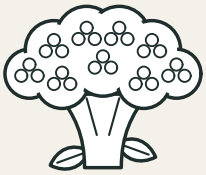
Nome _____ Data _____

Infanzia 5 anni · classe 1ª

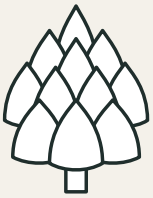
1 **Di' il nome a voce alta. Ripassa la parola grigia, poi scrivila nelle caselle, una lettera per casella.**



CAVOLFIORE



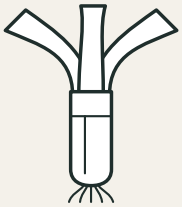
BROCCOLO



CARCIOFO



FINOCCHIO



PORRO



SEDANO

Punti ____ / 6

Frutta o verdura?

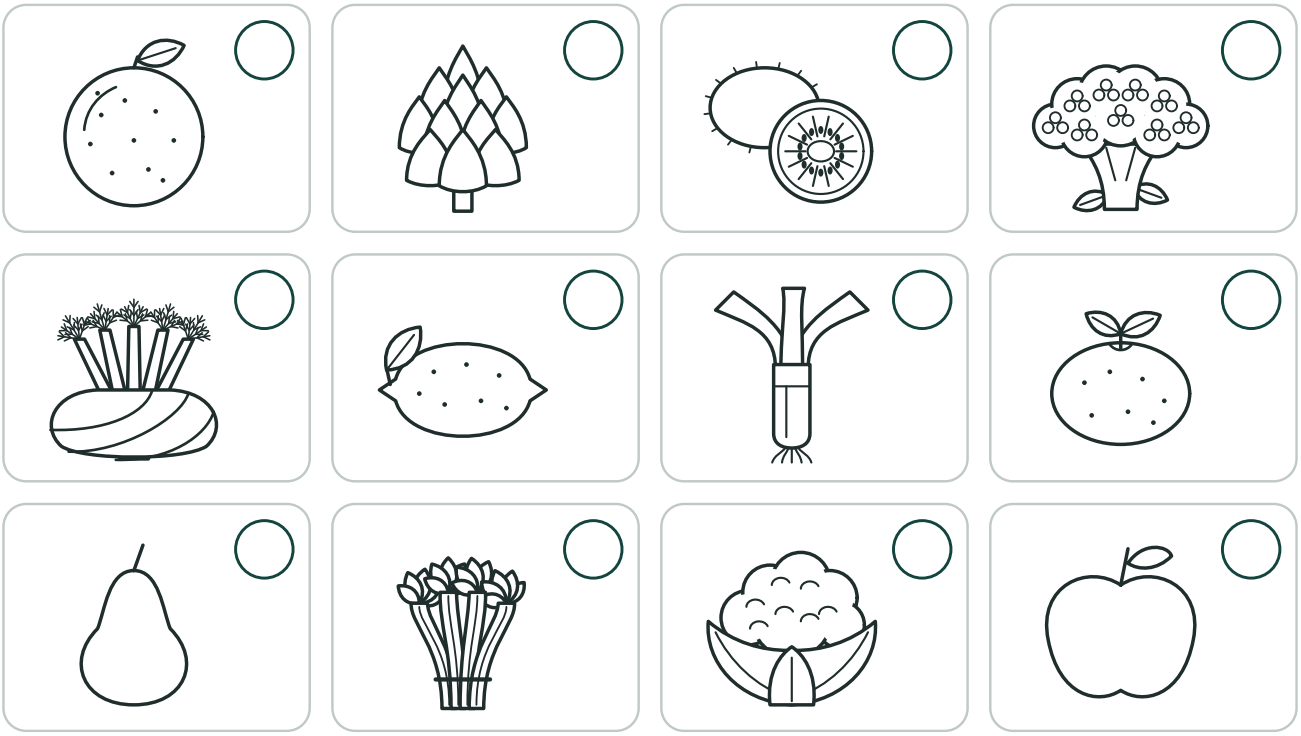
Scheda 3

Nome _____ Data _____

Infanzia 5 anni · 1ª · 2ª

1 Colora il cerchietto: di giallo se è frutta, di verde se è verdura.

FRUTTA VERDURA



2 Scrivi ogni parola nella colonna giusta.

VERZA · CLEMENTINA · SPINACI · POMPELMO · RADICCHIO · MELAGRANA · CAVOLO NERO · MANDARINO

FRUTTA	VERDURA

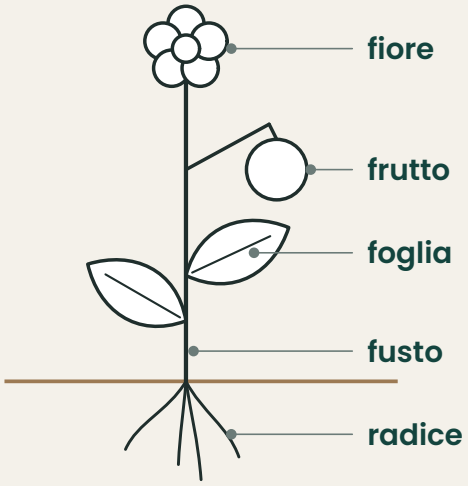
Punti ____ / 20

Che parte della pianta mangiamo?

Scheda 4

Nome _____ Data _____

Classi 2ª · 3ª · 4ª



Indizi. Il **finocchio** è fatto dalle basi delle foglie, strette una sull'altra. Il gambo del **sedano** è il picciolo, la parte che attacca la foglia alla pianta. Il **topinambur** è un fusto che cresce sotto terra, come la patata. **Carciofo**, **cavolfiore** e **broccolo** sono gruppi di fiori ancora chiusi.

1 **Che parte della pianta mangiamo? Fai una crocetta nella colonna giusta: una sola per riga.**

	radice	fusto	foglia	fiore	frutto
carota	☐	☐	☐	☐	☐
finocchio	☐	☐	☐	☐	☐
kiwi	☐	☐	☐	☐	☐
carciofo	☐	☐	☐	☐	☐
topinambur	☐	☐	☐	☐	☐
spinaci	☐	☐	☐	☐	☐
cavolfiore	☐	☐	☐	☐	☐
arancia	☐	☐	☐	☐	☐
sedano	☐	☐	☐	☐	☐
broccolo	☐	☐	☐	☐	☐

fabrizioaltieri.it — testi inediti di Fabrizio Altieri, liberi per uso didattico

Punti ____ / 10

La vitamina C

Scheda 5

Nome _____ Data _____

Classi 3ª · 4ª · 5ª

Agrumi, kiwi e vitamina C

1 In inverno i banchi della frutta si riempiono di agrumi: arance, mandarini, clementine, limoni e pompelmi. In Italia gli agrumi crescono soprattutto al Sud e nelle isole, dove l'inverno è mite.

2 Gli agrumi contengono la **vitamina C**. Le vitamine sono sostanze che servono al corpo, in quantità piccolissime, per funzionare bene. La vitamina C, per esempio, lo aiuta a tenere sane la pelle e le gengive e a usare il ferro che si trova negli altri cibi.

3 Molti animali sanno fabbricare la vitamina C da soli. Noi esseri umani no: la prendiamo dal cibo, soprattutto dalla frutta e dalla verdura.

4 Il kiwi, a parità di peso, ne contiene più dell'arancia, e ne hanno molta anche alcune verdure d'inverno, come i broccoli e i cavoletti di Bruxelles. Le mele e le pere ne hanno poca, ma portano altre sostanze utili: ogni frutto ha le sue.

5 La vitamina C è delicata: il calore ne rovina una parte e l'acqua di cottura se ne porta via un'altra. Per questo una verdura bollita a lungo ne ha meno di una verdura cruda. E ricorda: la vitamina C non è una medicina; aiuta il nostro corpo insieme a tutto quello che mangiamo, giorno dopo giorno.

1 Segna la risposta giusta.

1. Da dove prendiamo la vitamina C?

Ⓐ dall'aria Ⓑ dalla luce del sole Ⓒ dal cibo

2. Che cosa rovina la vitamina C?

Ⓐ il freddo Ⓑ il calore Ⓒ il buio

2 Vero o falso? Scrivi V o F nel quadratino.

1. A parità di peso, il kiwi ha più vitamina C dell'arancia. ☐
2. Le mele hanno moltissima vitamina C. ☐
3. Molti animali fabbricano da soli la vitamina C. ☐
4. La vitamina C è una medicina. ☐

3 Perché la verdura bollita ha meno vitamina C? Scrivi due motivi. (2 punti)

Punti ____ / 8

Il calendario della stagione

Scheda 6

Nome _____ Data _____

Classi 2ª · 3ª · 4ª

Ogni frutto e ogni ortaggio ha il suo **periodo migliore**, quando in Italia si trova fresco e di stagione nei negozi e nei mercati. I mesi possono cambiare un po' da una regione all'altra.
Cachi: da ottobre a dicembre.
Clementine: da novembre a gennaio.
Arance: da dicembre a marzo.
Kiwi: da novembre a marzo.
Finocchi: da novembre a marzo.
Cavolfiori: da ottobre a marzo.

1 Leggi gli indizi e colora, in ogni riga, le caselle dei mesi del periodo migliore.

	OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR
cachi						
clementine						
arance						
kiwi						
finocchi						
cavolfiori						

2 Guarda il calendario colorato e rispondi.

Quale prodotto a gennaio non è nel periodo migliore? _____

Quanti prodotti sono nel periodo migliore a marzo? _____

Quale prodotto ha il periodo migliore più lungo? _____

Punti ____ / 9

La ricetta: macedonia d'inverno

Scheda 7

Classi 2ª · 3ª · 4ª



Ingredienti

- 2 arance
- 2 mandarini o 2 clementine
- 2 kiwi
- 1 mela e 1 pera
- mezzo limone
- chicchi di melagrana, se è ancora stagione

Strumenti

- un tagliere e un coltello: li usa l'adulto
- uno spremiagrumi
- una ciotola grande e un cucchiaio
- 4 coppette (per 4 persone)

Procedimento

1. Lavati bene le mani. Lava tutta la frutta.
2. Sbuccia i mandarini con le mani e stacca gli spicchi a uno a uno.
3. Un adulto sbuccia le arance e i kiwi, toglie il torsolo alla mela e alla pera e taglia tutta la frutta a pezzetti. Poi taglia il limone a metà.
4. Spremi il mezzo limone con lo spremiagrumi.
5. Metti la frutta nella ciotola, versa sopra il succo di limone e mescola piano con il cucchiaio. Il limone serve a non far diventare scure la mela e la pera.
6. Aggiungi i chicchi di melagrana, se li hai. Dividi la macedonia nelle coppette e servila.

Attenzione

- Il coltello lo usa solo un adulto.
- Prima di preparare la macedonia a scuola, l'insegnante chiede alle famiglie se qualcuno è allergico a un frutto: il kiwi, per esempio, ad alcune persone fa allergia. Se qualcuno è allergico, quel frutto si lascia fuori dalla macedonia di tutti.

La ricetta: ho capito?

Scheda 8

Nome _____ Data _____

Classi 2ª · 3ª · 4ª

1 Vero o falso? Scrivi V o F nel quadratino.

1. Il coltello lo usa solo un adulto. ☐
2. Il succo di limone si versa nelle coppette, alla fine. ☐
3. Senza melagrana la macedonia non si può fare. ☐
4. I mandarini si sbucciano con le mani. ☐

2 Segna la risposta giusta.

1. A che cosa serve il succo di limone?

- (A) A rendere la frutta più dolce
- (B) A non far diventare scure la mela e la pera
- (C) A far durare la macedonia una settimana

2. Se un compagno è allergico al kiwi, che cosa si fa?

- (A) Si lascia il kiwi fuori dalla macedonia di tutti
- (B) Il compagno non mangia la macedonia
- (C) Si mette meno kiwi

3 Le parti della ricetta. Completa con il nome giusto.

procedimento · ingredienti

Le cose da mangiare che servono si chiamano _____

Le azioni da fare, in ordine, si chiamano _____

4 Anche la spremuta ha il suo procedimento. Numera le azioni da 1 a 5.

☐ Versa il succo nel bicchiere.

☐ Lavati le mani e lava le arance.

☐ Lava lo spremiagrumi e metti le bucce nel bidone dell'umido.

☐ Un adulto taglia le arance a metà.

☐ Premi ogni metà sullo spremiagrumi e girala.

Punti ____ / 13

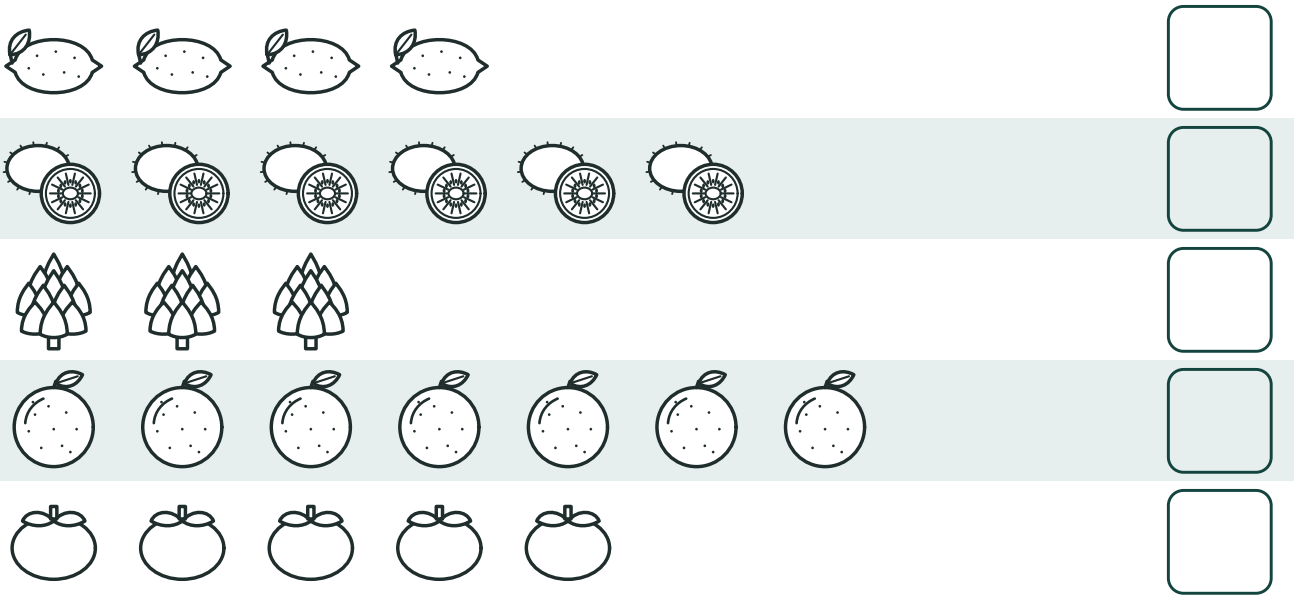
Conto e risolvo

Scheda 9

Nome _____ Data _____

Infanzia 5 anni · 1ª · 2ª · 3ª

1 Conta e scrivi il numero nel quadrato.



2 Leggi, calcola sui quadretti e scrivi la risposta.

1. Nel cesto ci sono 9 mandarini. Ne mangiamo 4. Quanti mandarini restano nel cesto? classe 1ª

Fai il calcolo nei quadretti, poi rispondi:

Risposta _____

2. Al mercato Giulia compra 3 sacchetti di arance. In ogni sacchetto ci sono 6 arance. Quante arance compra in tutto? classe 2ª

Fai il calcolo nei quadretti, poi rispondi:

Risposta _____

3. Per la macedonia ci sono 20 spicchi di mandarino e 5 coppette. In ogni coppetta mettiamo lo stesso numero di spicchi. Quanti spicchi vanno in ogni coppetta? classe 3ª

Fai il calcolo nei quadretti, poi rispondi:

Risposta _____

Punti ____ / 8

Parole nascoste

Scheda 10

Nome _____ Data _____

Classi 1ª · 2ª · 3ª

1 **Cerca le 12 parole nella griglia: si leggono da sinistra a destra oppure dall'alto in basso. Colora ogni parola che trovi e fai una crocetta nell'elenco.**

C	C	A	R	O	T	A	V	A	Z	L
D	E	N	A	R	A	N	C	I	A	I
S	A	E	A	A	N	O	C	S	F	M
U	M	U	P	T	S	G	A	P	I	O
P	C	A	C	H	I	S	R	I	N	N
F	T	L	I	A	T	M	C	N	O	E
S	E	D	A	N	O	E	I	A	C	L
P	O	R	R	O	Z	L	O	C	C	K
V	E	G	O	I	D	A	F	I	H	I
C	M	T	R	E	L	S	O	E	I	W
L	R	L	P	E	R	A	O	I	O	I

- ☐  ARANCIA
- ☐  LIMONE
- ☐  KIWI
- ☐  MELA
- ☐  PERA
- ☐  CACHI
- ☐  CARCIOFO
- ☐  FINOCCHIO
- ☐  PORRO
- ☐  SEDANO
- ☐  SPINACI
- ☐  CAROTA

Gioco in più. Scegli tre parole dell'elenco e scrivi, per ognuna, se è frutta o verdura. Poi inventa una frase che le contenga tutte e tre.

Punti ____ / 12

Verifica: frutta e verdura d'inverno

Scheda 11

Nome _____ Data _____

Classi 3ª · 4ª

1 Segna la risposta giusta.

1. Quale di questi frutti è un agrume?

Ⓐ la pera Ⓑ il mandarino Ⓒ il kiwi

2. Del carciofo mangiamo…

Ⓐ i fiori ancora chiusi Ⓑ le radici Ⓒ i frutti

3. Il topinambur è…

Ⓐ una radice Ⓑ un frutto Ⓒ un fusto sotto terra

4. Quale frutto ha più vitamina C, a parità di peso?

Ⓐ il kiwi Ⓑ la mela Ⓒ la pera

2 Vero o falso? Scrivi V o F nel quadratino.

1. I cachi si raccolgono soprattutto in estate.	☐
2. Il cavolfiore è un ortaggio.	☐
3. Il corpo umano sa fabbricare da solo la vitamina C.	☐
4. Il gambo del sedano è il picciolo delle foglie.	☐

3 Scrivi ogni parola nella colonna giusta.

limone **bietola** **pompelmo** **porro** **melagrana** **verza**

Frutta	Verdura

4 Risolvi il problema.

1. Nonna Rita ha 15 clementine. Ne mette 5 in ogni sacchetto. Quanti sacchetti riempie? classe 3ª

Fai il calcolo nei quadretti, poi rispondi:

Risposta _____

Punti ____ / 15

Guida per l'insegnante

Per l'insegnante

A che cosa servono. Undici schede per conoscere la frutta e la verdura che in Italia sono di stagione in inverno, fra scienze, italiano e matematica: riconoscere e scrivere i nomi, distinguere frutta e verdura, scoprire quale parte della pianta mangiamo, leggere un breve testo informativo, un calendario e una ricetta, contare e risolvere problemi. Le schede sono indipendenti: si scelgono quelle adatte alla classe.

Infanzia e prima. Nelle schede 1 e 2 il bambino dice il nome a voce alta, ripassa la parola grigia con il dito e poi con la matita; le caselle sono per chi è pronto a ricopiarla. Nella scheda 3 l'adulto legge la consegna e il bambino colora i cerchietti; la seconda parte, con le parole, è per la primaria. Nella scheda 9 il primo esercizio (contare) va bene a 5 anni, i problemi dalla prima in poi.

Schede	Che cosa	Classi	Tempo
1-2	Frutta e verdura: riconosco e scrivo i nomi	infanzia 5 anni, 1ª	2 × 20 min
3	Frutta o verdura? (disegni e parole)	infanzia 5 anni, 1ª, 2ª	25 min
4	Che parte della pianta mangiamo?	2ª, 3ª, 4ª	30 min
5	La vitamina C: testo informativo e domande	3ª, 4ª, 5ª	40 min
6	Il calendario della stagione	2ª, 3ª, 4ª	30 min
7-8	La ricetta della macedonia d'inverno	2ª, 3ª, 4ª	45 min
9	Conto e risolvo	infanzia 5 anni, 1ª-3ª	30 min
10	Parole nascoste	1ª (fine anno), 2ª, 3ª	20 min
11	Verifica breve (dopo le schede 3-6)	3ª, 4ª	30 min

I fatti, controllati. Nella scheda 4 il finocchio è formato dalle basi delle foglie (il grumolo), il gambo del sedano è il picciolo della foglia, carciofo, cavolfiore e broccolo sono infiorescenze, il topinambur è un tubero, cioè un fusto sotterraneo. Il porro resta fuori perché sembra un fusto ma è fatto di foglie, come il finocchio, e confonderebbe; i cavoletti di Bruxelles sono gemme. Nella scheda 3 «frutta» e «verdura» seguono l'uso in cucina. Per i botanici il frutto è la parte che nasce dal fiore e contiene i semi: pomodoro, zucchina, melanzana, peperone e zucca sono frutti per la botanica ma verdura in cucina, e per questo le schede non li usano. Se un bambino li nomina, è un buon spunto di discussione, non un errore. La carota, che si trova anche d'inverno, è l'esempio di radice. Nella scheda 6 i mesi del periodo migliore cambiano un po' da una regione all'altra: le risposte dipendono solo dagli indizi della scheda.

Cibo e inclusività. Nessun cibo è «buono» o «cattivo» e non si parla di diete. Il testo sulla vitamina C non fa promesse sulla salute: «aiuta il corpo», non «cura». Prima di preparare macedonia o spremuta si chiedono alle famiglie allergie e intolleranze e si seguono le regole della scuola; il coltello lo usa solo l'adulto. Se un frutto va tolto, si toglie per tutti.

Come contare i punti. 1 punto per ogni nome scritto, cerchietto, crocetta, riga del calendario tutta giusta, risposta chiusa, casella delle sequenze, conteggio, problema risolto e parola trovata; la domanda aperta della scheda 5 vale 2 punti. Si valuta il contenuto, non l'ortografia, tranne nelle schede 1 e 2. La scheda 7 è di sola lettura.

Alunni con DSA o BES. Lettura ad alta voce dei testi e delle consegne, tempo in più, risposte anche a voce. Nelle parole nascoste si può dare la prima lettera di ogni parola già cerchiata; nei problemi si possono usare oggetti veri da contare.

Soluzioni

Per l'insegnante

Scheda 1 · Frutta d'inverno: riconosco e scrivo

1 ARANCIA · MANDARINO · LIMONE · KIWI · MELA · PERA

Scheda 2 · Verdura d'inverno: riconosco e scrivo

1 CAVOLFIORE · BROCCOLO · CARCIOFO · FINOCCHIO · PORRO · SEDANO

Scheda 3 · Frutta o verdura?

1 **giallo** (frutta): arancia, kiwi, limone, mandarino, pera, mela · **verde** (verdura): carciofo, broccolo, finocchio, porro, sedano, cavolfiore

2 **FRUTTA**: CLEMENTINA, POMPELMO, MELAGRANA, MANDARINO · **VERDURA**: VERZA, SPINACI, RADICCHIO, CAVOLO NERO

Scheda 4 · Che parte della pianta mangiamo?

1 carota **radice** · finocchio **foglia** · kiwi **frutto** · carciofo **fiore** · topinambur **fusto** · spinaci **foglia** · cavolfiore **fiore** · arancia **frutto** · sedano **foglia** · broccolo **fiore**

Scheda 5 · La vitamina C

1 1 C · 2 B

2 1 V · 2 F · 3 V · 4 F

3 Il calore ne rovina una parte (1 punto) e l'acqua di cottura se ne porta via un'altra (1 punto).

Scheda 6 · Il calendario della stagione

1 cachi **ott-dic** · clementine **nov-gen** · arance **dic-mar** · kiwi **nov-mar** · finocchi **nov-mar** · cavolfiori **ott-mar**

2 i cachi · 4 · i cavolfiori

Scheda 8 · La ricetta: ho capito?

1 1 V · 2 F · 3 F · 4 V

2 1 B · 2 A

3 ingredienti · procedimento

4 Nelle caselle, dall'alto: 4 · 1 · 5 · 2 · 3

Scheda 9 · Conto e risolvo

1 4 · 6 · 3 · 7 · 5

2 9 − 4 = **5 mandarini** · 6 × 3 = **18 arance** · 20 : 5 = **4 spicchi**

Scheda 10 · Parole nascoste

1 Le parole sono evidenziate nella griglia in fondo alla pagina.

Scheda 11 · Verifica: frutta e verdura d'inverno

1 1 B · 2 A · 3 C · 4 A

2 1 F · 2 V · 3 F · 4 V

3 **Frutta**: limone, pompelmo, melagrana · **Verdura**: bietola, porro, verza

4 15 : 5 = **3 sacchetti**

Parole nascoste: la griglia risolta

C	**C**	**A**	**R**	**O**	**T**	**A**	V	A	Z	**L**
D	E	N	**A**	**R**	**A**	**N**	**C**	**I**	**A**	**I**
S	A	E	A	A	N	O	**C**	**S**	**F**	**M**
U	M	U	P	T	S	G	**A**	**P**	**I**	**O**
P	**C**	**A**	**C**	**H**	**I**	S	**R**	**I**	**N**	**N**
F	T	L	I	A	T	**M**	**C**	**N**	**O**	**E**
S	**E**	**D**	**A**	**N**	**O**	**E**	**I**	**A**	**C**	L
P	**O**	**R**	**R**	**O**	Z	**L**	**O**	**C**	**C**	**K**
V	E	G	O	I	D	**A**	**F**	**I**	**H**	**I**
C	M	T	R	E	L	S	**O**	E	**I**	**W**
L	R	L	**P**	**E**	**R**	**A**	O	I	**O**	**I**

ARANCIA: riga 2, colonna 4, in orizzontale
LIMONE: riga 1, colonna 11, in verticale
KIWI: riga 8, colonna 11, in verticale
MELA: riga 6, colonna 7, in verticale
PERA: riga 11, colonna 4, in orizzontale
CACHI: riga 5, colonna 2, in orizzontale
CARCIOFO: riga 3, colonna 8, in verticale
FINOCCHIO: riga 3, colonna 10, in verticale
PORRO: riga 8, colonna 1, in orizzontale
SEDANO: riga 7, colonna 1, in orizzontale
SPINACI: riga 3, colonna 9, in verticale
CAROTA: riga 1, colonna 2, in orizzontale

Griglia di valutazione

Per l'insegnante

Il giudizio sintetico si ricava dalla percentuale di punti di ogni parte: **ottimo** dal 95%, **distinto** dall'85%, **buono** dal 75%, **discreto** dal 65%, **sufficiente** dal 55%, **non sufficiente** sotto il 55%. Le soglie sono **indicative**: vanno lette insieme all'osservazione in classe e adattate ai criteri deliberati dalla scuola. Si valutano solo le schede svolte dalla classe. Dove le parti hanno pochi punti, il trattino indica un giudizio senza punteggio proprio: si sceglie fra i due vicini con l'osservazione.

Parte	Schede	Punti	Ottimo	Distinto	Buono	Discreto	Sufficiente	Non sufficiente
Riconosco e scrivo	1-2	12	12	11	9-10	8	7	0-6
Frutta o verdura	3	20	19-20	17-18	15-16	13-14	11-12	0-10
Parti della pianta	4	10	10	9	8	7	6	0-5
Vitamina C	5	8	8	7	6	—	5	0-4
Calendario	6	9	9	8	7	6	5	0-4
Ricetta	8	13	13	12	10-11	9	8	0-7
Conto e risolvo	9	8	8	7	6	—	5	0-4
Parole nascoste	10	12	12	11	9-10	8	7	0-6
Verifica	11	15	15	13-14	12	10-11	9	0-8

Scuola dell'infanzia, 5 anni: osservazione (senza giudizio)

Che cosa osservare	Sì	In parte	Non ancora
Riconosce e nomina a voce la frutta e la verdura (schede 1-2).			
Ripassa la parola grigia da sinistra a destra (schede 1-2).			
Distingue la frutta dalla verdura (scheda 3, primo esercizio).			
Conta i disegni e scrive o indica il numero (scheda 9, primo esercizio).			

Tabella della classe

Alunno	Nomi	F/V	Parti	Vit. C	Calend.	Ricetta	Conto	Parole	Verif.	Note

All'infanzia le schede non si valutano con un giudizio: si osserva e si annota. Gli errori si leggono per tipo di esercizio, non per alunno: se un esercizio va male a metà classe, l'argomento si riprende con tutti.