

## Progetto orto

### Benessere e salute: lezione sull'importanza di una sana alimentazione per un corretto stile di vita

Il giorno 16 maggio l'esperta Vinciguerra Valeria, dell'associazione Coldiretti di Mantova, ha tenuto una lezione per ciascuna delle classi prime e per la classe 3B della scuola Primaria di Roverbella sulla tematica del benessere e della salute attraverso un corretto stile di vita.

Dopo la visione di un filmato inerente l'importanza della sana ed equilibrata alimentazione con l'apporto giornaliero di frutta e verdura stagionali e raccolte nei propri territori, la signora Vinciguerra ha coinvolto gli alunni in un gioco di conoscenza e di approfondimento dei vari tipi di verdura e frutta. Al termine gli alunni hanno ricevuto una ruota dei mesi con la verdura e la frutta che matura nei vari periodi dell'anno.

Le docenti e gli alunni delle classi I A-B-C e III B ringraziano l'associazione Coldiretti e tutti coloro che hanno contribuito alla realizzazione del progetto che si concluderà con la raccolta degli ortaggi maturati nell'orto didattico.



Lezione e visione di un filmato sull'importanza del benessere e della salute nutrendosi con frutta e verdura di stagione e a km zero



gioco "della palla che scotta" con i nomi della verdura e della frutta dei cinque colori

Ruota dei mesi con la stagionalità dei vari tipi di verdura



Ruota dei mesi con la stagionalità dei vari tipi di frutti