

AGENDA 2030

GOAL 3

UDA ESSERE E BENESSERE

IC DON MILANI - Lanciano

Classe 5^A Marcianese

I Quadrimestre

a.s. 2023/2024

ITALIANO ARTE E IMMAGINE

RELIGIONE MUSICA



REALIZZIAMO UN LAPBOOK





MUSICA



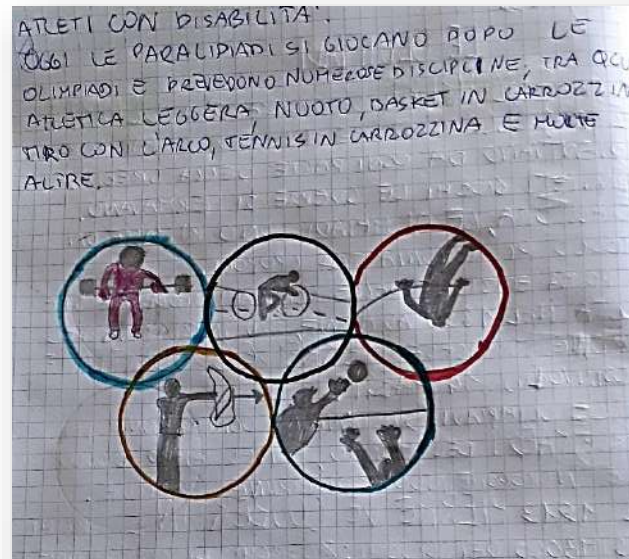
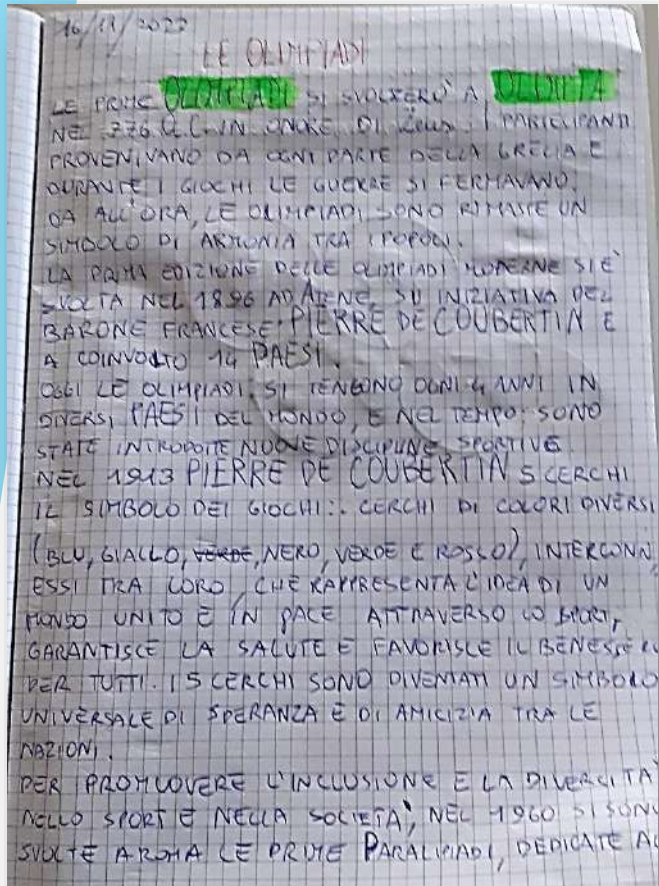
VIDEO MUSICAL FRUITS - RHYTHM SYLLABLES CLAP - ALONG

https://youtu.be/71fkBqZ_4K8?si=FuXPTdhO9S0nYGOC

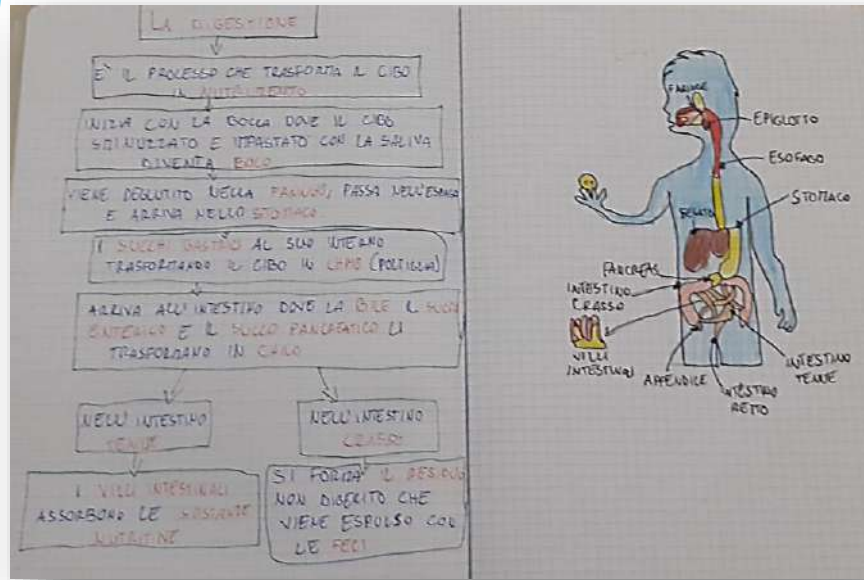


STORIA

Dalla nascita delle Olimpiadi ai nostri giorni
Fare sport è salutare



SCIENZE



16/11/2023

LA DIGESTIONE

LA DIGESTIONE È IL PROCESSO DI TRASFORMAZIONE DEL CIBO IN SOSTANZE NUTRITIVE CHE VENGONO ASSIMILATE DALL'ORGANISMO.

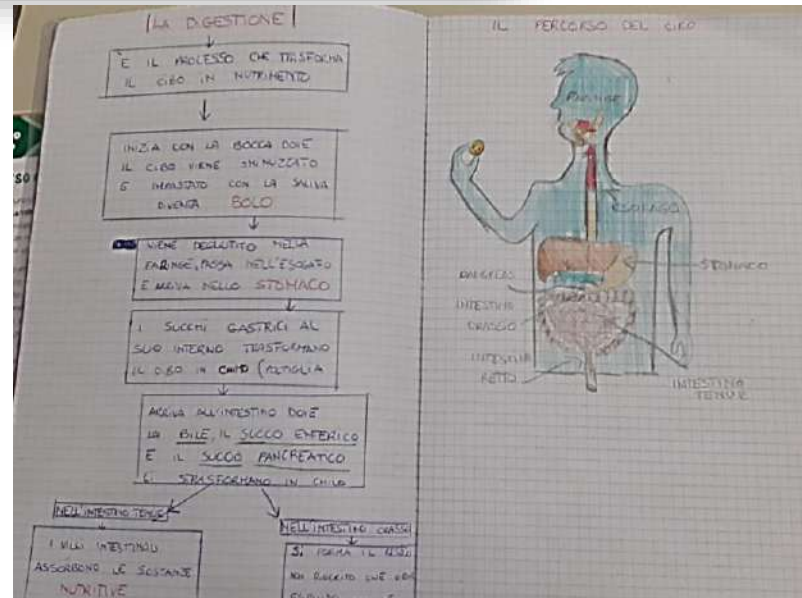
LA PRIMA DIGESTIONE AVVIENE NELLA BOCCA DOVE IL CIBO VIENE SMINUZZATO DAI DENTI E IMPASTATO CON LA SALIVA DIVENTANDO BOLO.

IL BOLO VIENE DEGLUTITO NELLA FARINGE, PASSA NELL'ESOFAGO E ARRIVA NELLO STOMACO.

NELLO STOMACO I SUCCI GASTRICI TRASFORMANO IL CIBO IN UNA SPECIE DI POLTIGLIA CHIAMATA CHIMO.

IL CHIMO ARRIVA ALL'INTESTINO DOVE LA BILE, IL SUCCO ENTERICO E IL SUCCO PANCREATICO TRASPORTANO IL CHIMO IN CHIMO. NELL'INTESTINO TENUE I VILLI INTESTINALI ASSORBONO LE SOSTANZE NUTRITIVE, MENTRE LE SOSTANZE DI SCARTO PROSEGUONO NELL'ULTIMA PARTE DELL'INTESTINO CHE È L'INTESTINO CRASSO. I RESIDUI VENGONO ELIMINATI CON LE FECI.

Alla scoperta dell'apparato digerente



Come avviene la nostra digestione

MATEMATICA

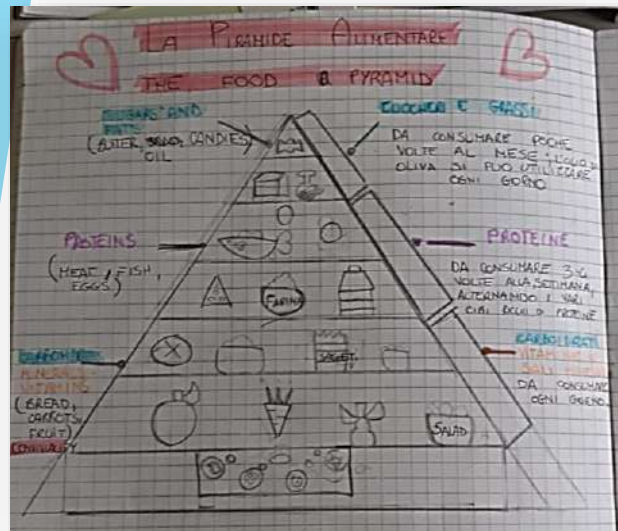
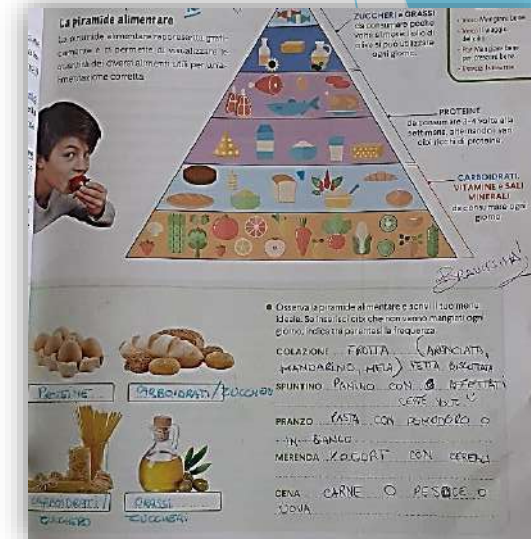
https://www.canva.com/design/DAF7cEzW0Uw/xplfMvw2JfUb2aRo0jKs_Q/view?utm_content=DAF7cEzW0Uw&utm_campaign=designshare&utm_medium=link&utm_source=editor



LINGUA INGLESE

SCIENCE CLIL

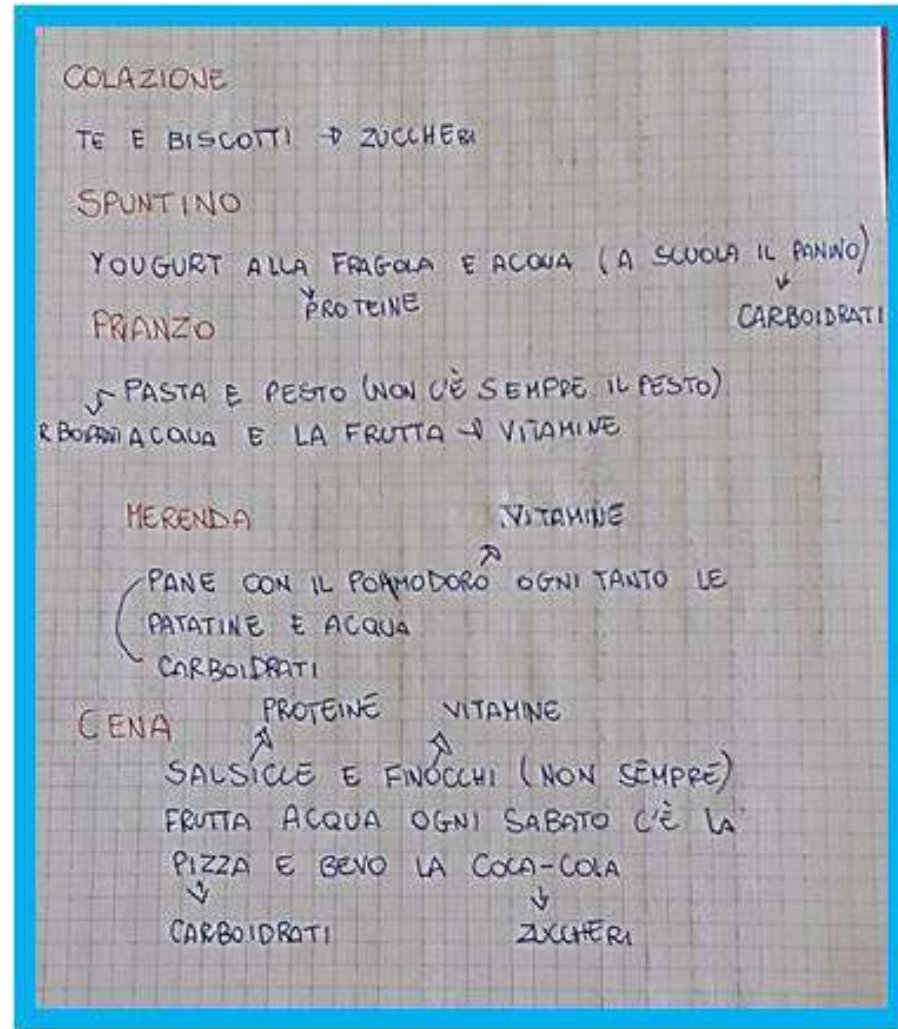
LA PIRAMIDE ALIMENTARE «THE FOOD PYRAMID»



TECNOLOGIA

Con il supporto della LIM cerchiamo informazioni per scrivere insieme:

Il nostro salutare menu del giorno



Ricerche su prodotti tipici di alcune Regioni d'Italia

GEOGRAFIA

RICETTE TIPICHE REGIONALI Cosa mangiano gli Italiani?

Con il supporto delle tecnologie cerchiamo e riportiamo alcune ricette dei prodotti tipici regionali

• 2 cucchiaini di olio
• 20 g di farina di mais
• sale
• 100 g di acqua
• 100 g di zucchero
• 100 g di burro
• 100 g di latte
• 100 g di uova
• 100 g di zucchero
• 100 g di burro
• 100 g di latte
• 100 g di uova

PREPARAZIONE

Setacciare 400 g di farina sulla spianatoia, farla a fontana al centro, quindi aggiungere le uova e unire anche i tuorli, latte e una presa di sale. Lavorare il tutto fino ad ottenere un impasto molto denso e compatto, avvolgerlo in un canovaccio e farlo riposare per tutta la notte.

Trascorso questo tempo riprendete la pasta e lavoratela energicamente sulla spianatoia, piegandola, sfoderando sfondo dello sfogato molto sottile e fatto riposare per altri 30 minuti, spolverandolo di farina di mais, arrotolandolo su se stesso e fregendo vigorosi tagliando, da piccoli su un vassoio.

La pasta è funghi, cipolla, patate. Mettete su un tegame il burro e fatele unire la cipolla sminuzzata e tagliata ad anelli sottili e il dattero di fimo. Tagliate i funghi freschi a fettine sottili, unite i funghi secchi e versateli insieme su questa base nel gottetto di cipolla.

Salate poco o niente con il sale, fate la pasta di pomodoro o fatele unire per 20 minuti, macinatele. Portate a bollitura, schiumate, acqua, cipolla e cuocateli. Tagliateli al dente. Svolgeteli con il sugo di funghi e servite subito.



TEGOLLE VALDOSTANESE

LA CUCINA DELLA VALLE D'AOSTA È MOLTO INFLUENZIATA DALLE REGIONI CIRCOSTANTI. LE TEGOLLE V. RISALGONO AGLI INIZI DEL 1800; IL LORO NOME DERIVA DALLA FORMA ONDULATA DEI BISCOTTI CHE DURANTE L'ASCIUGATURA, VENIVANO POSTI SU SUPERFICIE CILINDRICHE. PARE CHE UNA FAMIGLIA VALDOSTANA DI PASTICCERIE, I BOICH, FECERO UN VIAGGIO IN NORMANDIA DOVE RIMASERO COLPITI DALL'UNIONE NEGLI IMPASTI DI MANDORLE E NOCCIOLE. AL LORO RIENTRO RIUSCIRONO A RICREARE IL MISTERIOSO IMPASTO. ATTUALMENTE LA FORMA ONDULATA È STATA SOSTITUITA DA QUELLA PIATTA ED ESISTE ANCHE UNA VERSIONE CON LA CIOCCOLATA. GLI INGREDIENTI SONO MOLTO SEMPLICI: ZUCCHERO, FARINA, BURRO, MANDORLE/NOCCIOLE, UOVA, SALE E VANILLINA. INNEVE PER DONARGLI LA CLASSICA FORMA A TEGOLA, QUANDO SONO ANCORA CALDI, POSSONO ESSERE ADAGIATI SU UN MATTARELLO.

BONET PIEMONTESE (XVII-XVIII)

IL BONET (O BUNET) È UN DOCCIO ORIGINARIO DELLE LANGHE E DEL MONFERRATO. ORIGINARIAMENTE ERA UNA SPECIE DI CRÈ (GARANBU) FATTO DA LATTE, UOVA, AMARETTO E ZUCCHERO ED ERA IL GRAN FINALE DEI RICCHI BANQUETTI. NEL DIALETTO PIEMONTESE IL BONET È UN BERRETTO MASHIUE TONDO CHE RICORDA LO STAMPO DEL DOLLO, MA SI PUÒ ANCHE INTERPRETARE QUESTA SCELTA DEL NOME AL FATTO CHE IL BERRETTO È L'ULTIMA COSA DI USCIRE, QUANDO ARRIVANO DAL SUD AMERICA I BUM E I CACAO, QUESTI DUE INGREDIENTI ENTRARONO SUBITO NELLA RICETTA DEL BONET COME ANCORA LO CONOSCIAMO. CI SONO MOLTE VARIANTI, L'IMBASSA ALLE ZONE, COME AD ESEMPIO QUELLA CON LE NOCCIOLE TONDE GENTILI DELLE LANGHE (TIRICHE DEL GIANDUOTTO).



LA FONDUTA

LA FONDUTA È UNA PREPARAZIONE A BASE DI FORMAGGI VALDOSTANI, SEMPLICEMENTE STACCA DELLA FORMA A CROCE, LA VALLE D'AOSTA IL PIEMONTE, LA SARVIA E LA SVIZZERA.

UNIFORMAZIONE	
FORMA	CAVITÀ PER FORAZIONE
LEGGERA	GIUVINILE
DIFFICOLTÀ	FACILE
PREPARAZIONE	20 MIN
COTTURA	30 MIN
DOSI PER	4 PERSONE
RICETTA	BASSA

INGREDIENTI

PANETTONE (FORNACIA)	500g
LIATTO INTERO	200g
MANDORLE NUOVE	2
BURRO	30g
PEPE VERDE	10g

LA BAGNA CAUDA

INGREDIENTI

ACCIUGHE SOTTO SALE 200g
BURRO 40g
AGLIO 4 TESTE
OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA 150g

PREPARAZIONE

1-PULISCI CON CURA LE ACCIUGHE RIMUOVENDO IL SALE E PRIVANDOLE DELLE LISCHE E METTIE IN UN TEGAME DI COTTO INSIEME ALL'AGLIO AFFETTATO MOLTO SOTTILE.

2-COPRI LE ACCIUGHE E L'AGLIO CON OLIO E LASCIA QUOCERE MESCOLANDO IN MODO CHE LE ACCIUGHE SI DISFINO. ATTENZIONE ALLA FUMMA CHE DEVE ESSERE MODERATA IN MODO CHE L'AGLIO NON PRENDA COLORE.

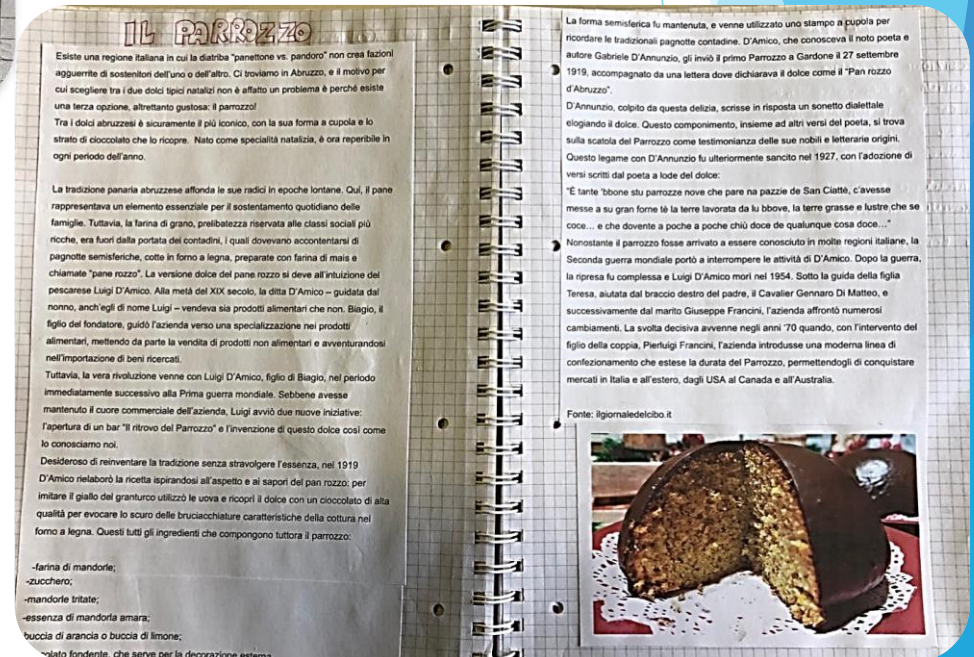
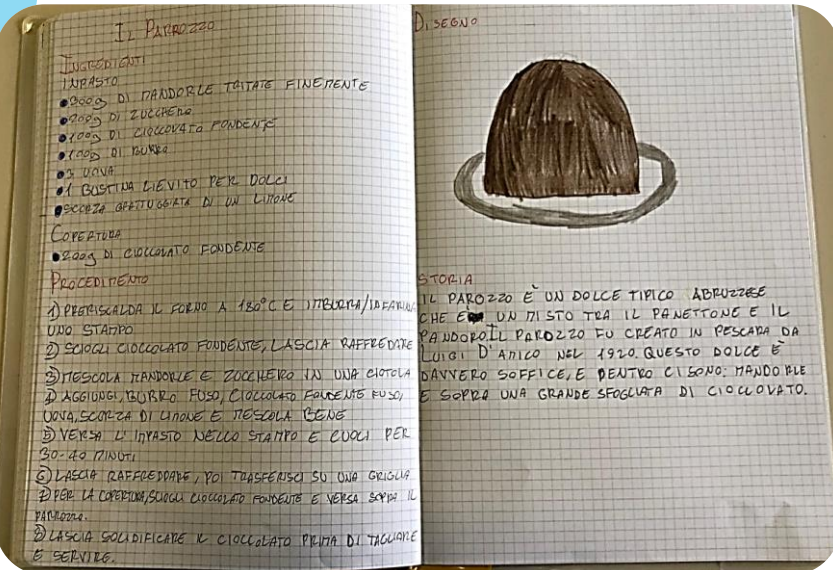
3-DOPO CIRCA 30 MINUTI SCIOGLI NEL CONDIMENTO IL BURRO E PORTA IN TAVOLA SULL'APPOSITO FORNELLO IN MODO DA TENERE LA SALSA CALDA.

DISEGNO

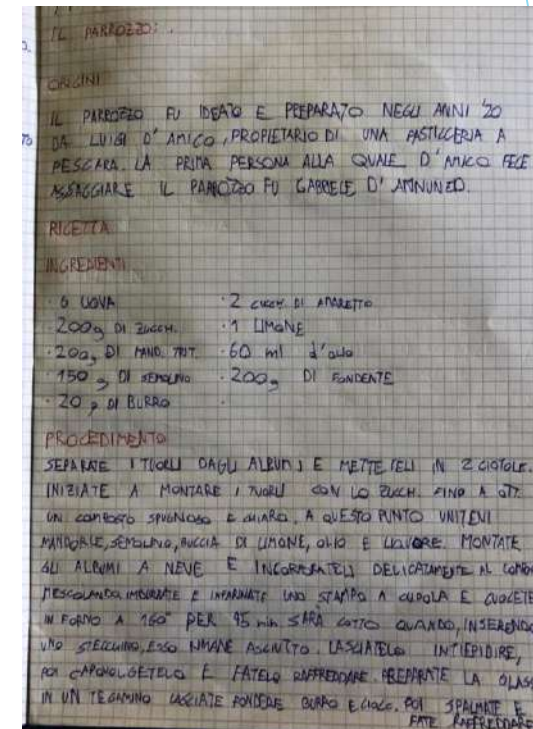
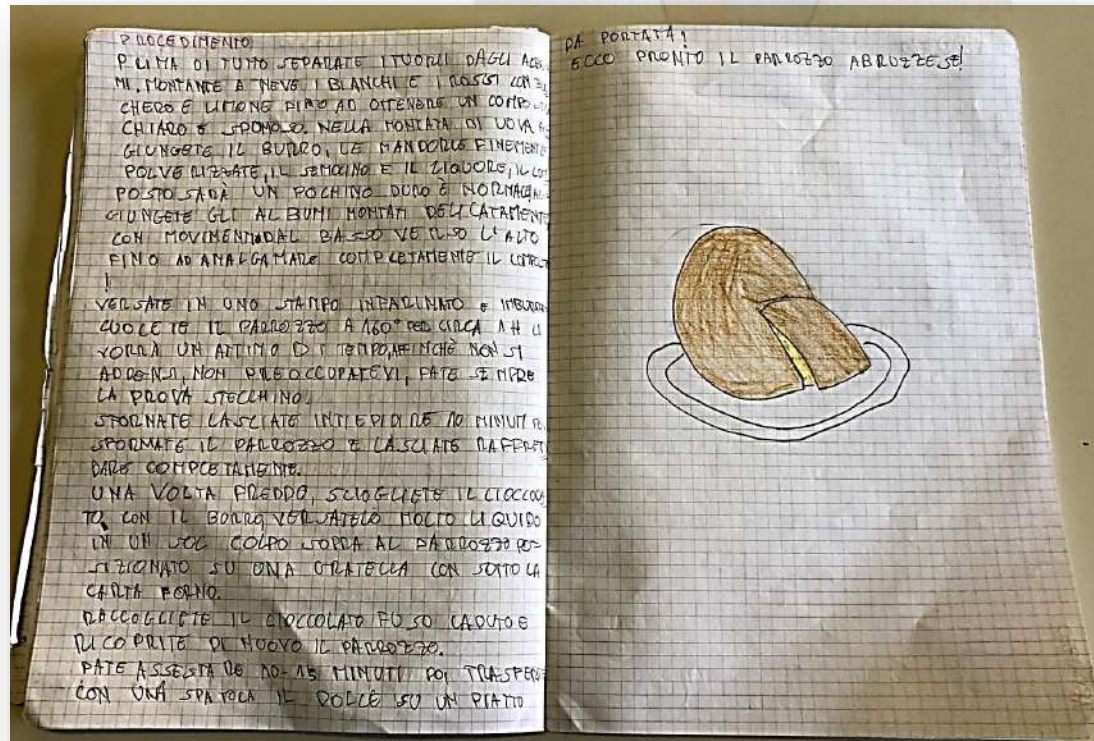


ABRUZZO: LA NOSTRA REGIONE

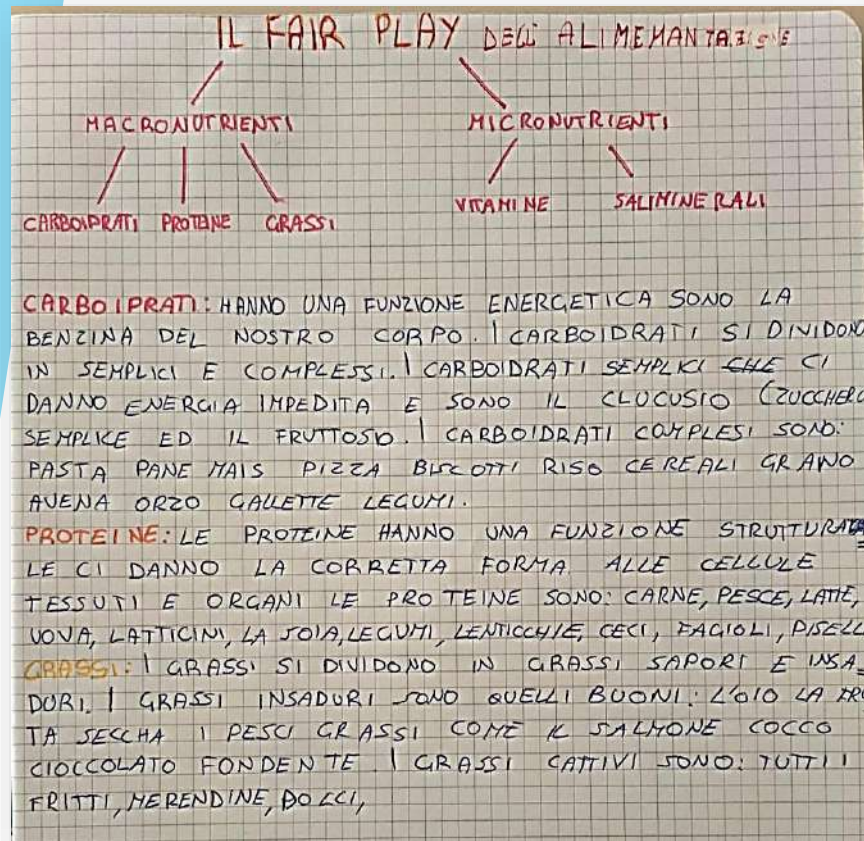
LA STORIA DEL PARROZZO



IL PARROZZO: RICETTA



ED. MOTORIA



IL DIARIO ALIMENTARE DELLO SPORTIVO

COLAZIONE:

- PANE, UOVA, SPREMITA D'ARANCIA
- PANE, PROSCIUTTO E SPREMITA D'ARANCIA
- PANE, BURRO E PASTICCATA
- YOGURT, FRUTTA E MANDORLE
- LATTE, AVENA E CIOCCOLATO FONDEnte



PRANZO:

- PASTA, PETTO DI POLLO E VERDURE VARIE



MERENDA:

- BARRETTE ENERGETICHE
- PANINO
- FRUTTA
- FRUTTA SECCA
- YOGURT



CENA:

- PESCE, PANE BIANCO O INTEGRALE E VERDURE
- CARNE, VERDURA E PATATE
- UOVA, GALETTE DI MAIS E VERDURE



THE END

