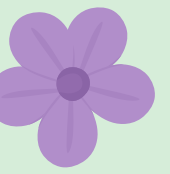


Plesso Anna Frank
A.S.2025/2026

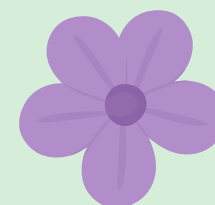
**InclusivaMente:
mani nella terra,
cuori in fiori!**





***Piccoli semi,
grandi emozioni in crescita***

“Mani nella terra, cuori in fiore” è un progetto interdisciplinare rivolto a tutti gli alunni della scuola primaria del plesso Anna Frank, finalizzato a promuovere inclusione, benessere e crescita personale attraverso attività laboratoriali legate alla natura. Attraverso la cura delle piante, l’educazione emotiva, le attività artistiche e i percorsi STEM, gli alunni sviluppano competenze scientifiche, sociali e civiche, imparando il valore della collaborazione, della sostenibilità e del rispetto reciproco. Il progetto favorisce la partecipazione attiva di tutti gli studenti, rafforzando il senso di appartenenza alla comunità scolastica.





Obiettivi



Favorire inclusione, collaborazione e benessere tra gli alunni.



Sviluppare competenze scientifiche, artistiche e STEM attraverso attività laboratoriali.



Educare alla sostenibilità ambientale e alla cura del vivente.



Rafforzare le competenze sociali, civiche e relazionali mediante esperienze cooperative.





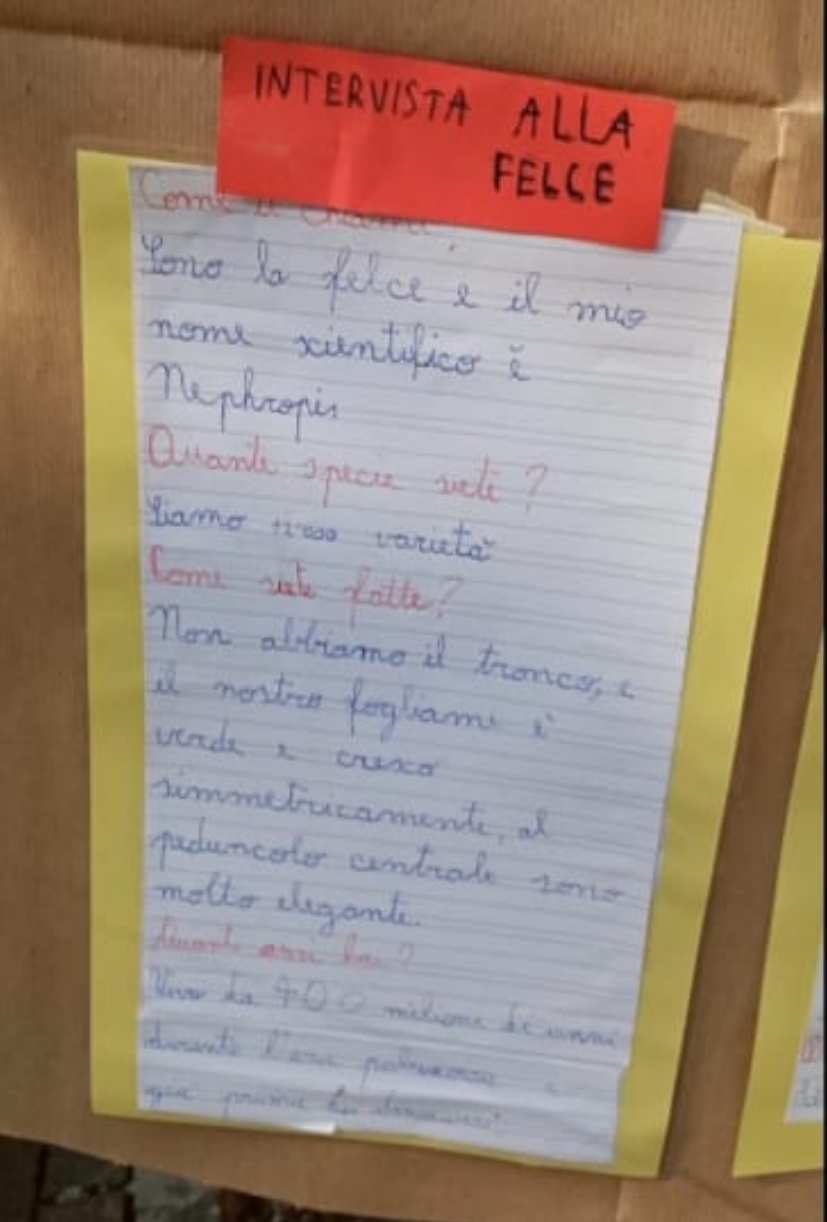
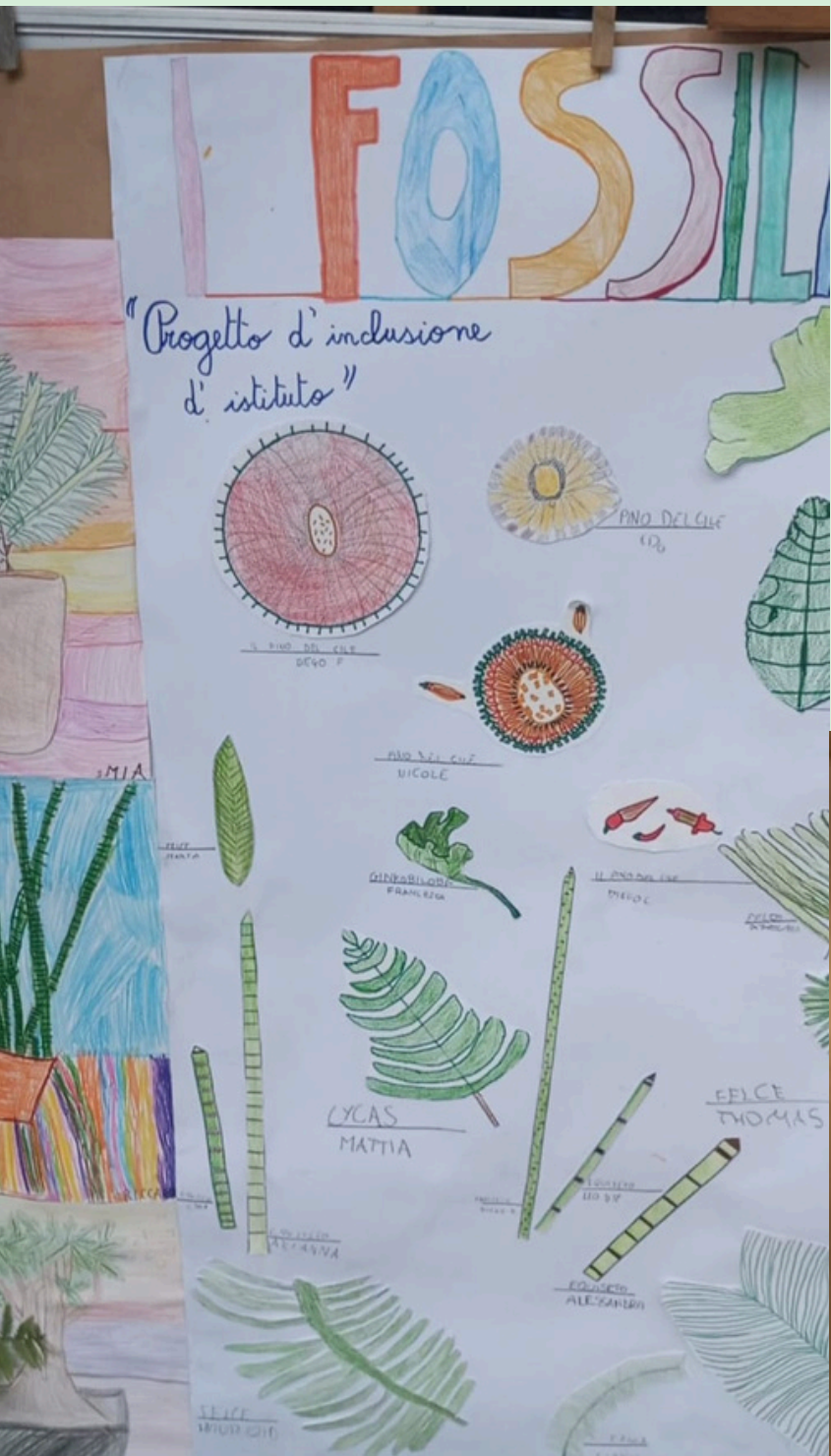
“Un giardino di emozioni, un campo di amicizia”

CLESSE 2A-2B



"Piccoli gesti quotidiani, grandi meraviglie della natura"

CLESSE 3A-3B



"Semi di storia, radici del passato"

CLESSE 4A-4B



"Con cura e pazienza la vita prende forma"

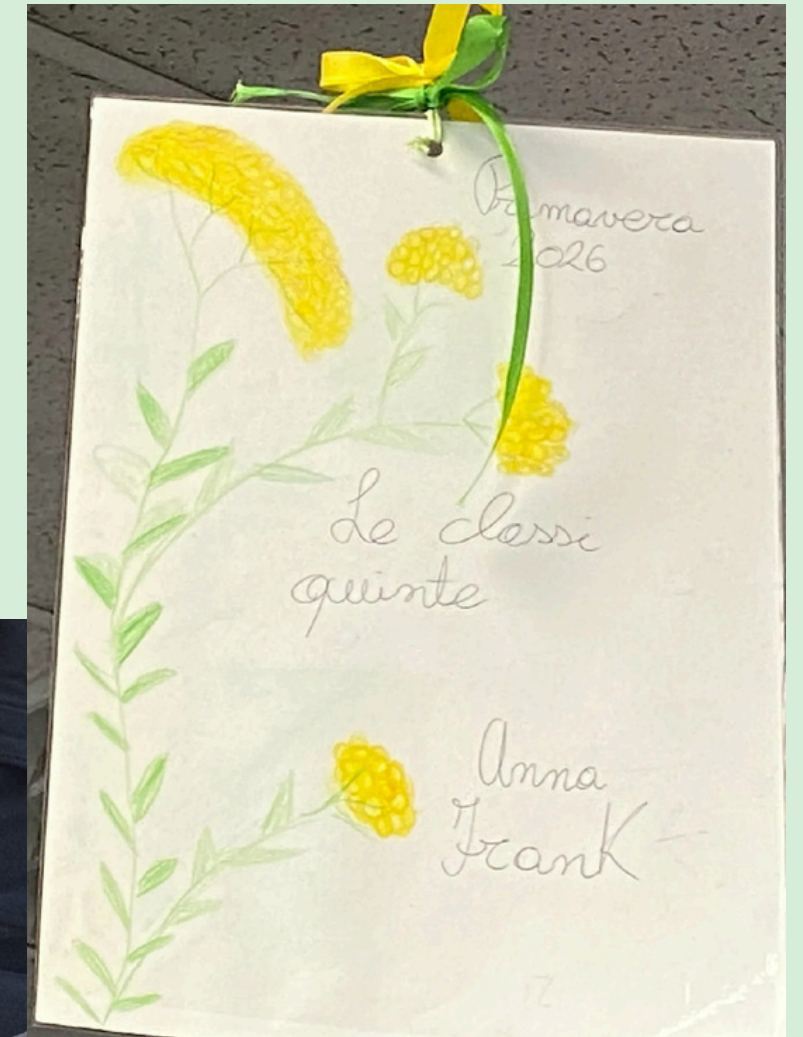
CLESSE 5A-5B

Piante Aromatiche e Officinali del Centro Italia

Schema Pratico: Uso in Cucina e in Medicina

Questo schema riassume le piante più iconiche di Toscana, Umbria, Marche e Lazio.

Pianta (Nome Comune e Botanico)	🍴 Uso in Cucina (Piatti tipici)	🌿 Uso in Medicina (Proprietà e rimedi)
Mentuccia / Nipitella (<i>Clinopodium nepeta</i>)	Fondamentale per i carciofi alla romana , funghi trifolati, zuppe di legumi, acquacotta e preparazione di lumache.	Digestiva ed espettorante. L'infuso allevia i gas intestinali e aiuta a sciogliere il catarro in caso di tosse.
Finocchio Selvatico (<i>Foeniculum vulgare</i>)	Indispensabile per la porchetta , carni in umido, salse, olive marinate e piatti di pesce. Si usano sia le foglie che i semi.	Carminativo e antispasmodico. Tisane ai semi sgonfiano la pancia, bloccano le coliche e favoriscono la digestione.
Alloro (<i>Laurus nobilis</i>)	Aromatizza arrosti, selvaggina, fegatelli toscani , legumi (per renderli più digeribili) e castagne bollite.	Stomachico e antisettico. Il decotto (il famoso "canarino" con scorza di limone) sblocca le indigestioni e calma le coliche.
Salvia (<i>Salvia officinalis</i>)	Celebre nei saltimbocca alla romana , tortelli burro e salvia toscani, arrosti e marinature di carni bianche.	Antinfiammatorio e astringente. L'infuso è usato per sciacqui contro mal di gola e afte. Regola la sudorazione.
Rosmarino (<i>Salvia rosmarinus</i>)	Re degli arrosti, patate al forno, focacce, castagnaccio toscano e grigliate di carne.	Tonico e stimolante epatico. Aiuta il fegato, stimola la concentrazione. Esternamente (alcol al rosmarino) calma i dolori muscolari.
Ginepro (<i>Juniperus communis</i>)	Le bacche intere o schiacciate insaporiscono cinghiale , lepre, stufati e crauti. Ottimo nei distillati.	Diuretico e balsamico. Utile contro le infezioni urinarie (cistite). I fumi del decotto liberano le vie respiratorie.
Timo / Serpillo (<i>Thymus serpyllum</i>)	Erba per eccellenza per le marinade, pesce arrosto, funghi e verdure grigliate.	Antibatterico e mucolitico. Un infuso forte di timo è uno dei rimedi più efficaci contro tosse grassa e mal di gola.

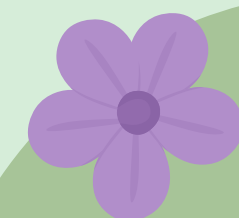


“Alla scoperta delle piante che raccontano il nostro territorio”





Il progetto ha registrato un'elevata partecipazione e un forte coinvolgimento da parte di tutti gli alunni. Le attività proposte hanno favorito la collaborazione, l'inclusione e il benessere scolastico, promuovendo lo sviluppo delle competenze sociali, emotive e scientifiche. Gli studenti hanno partecipato con entusiasmo ai laboratori, dimostrando interesse, responsabilità e capacità di lavorare in gruppo. Gli obiettivi prefissati sono stati pienamente raggiunti, con ricadute positive sul clima relazionale e sul senso di appartenenza alla comunità scolastica.



PLESSO ANNA FRANK