

1/11/09

Dopo la discussione sul perché mangiamo possiamo dire che:

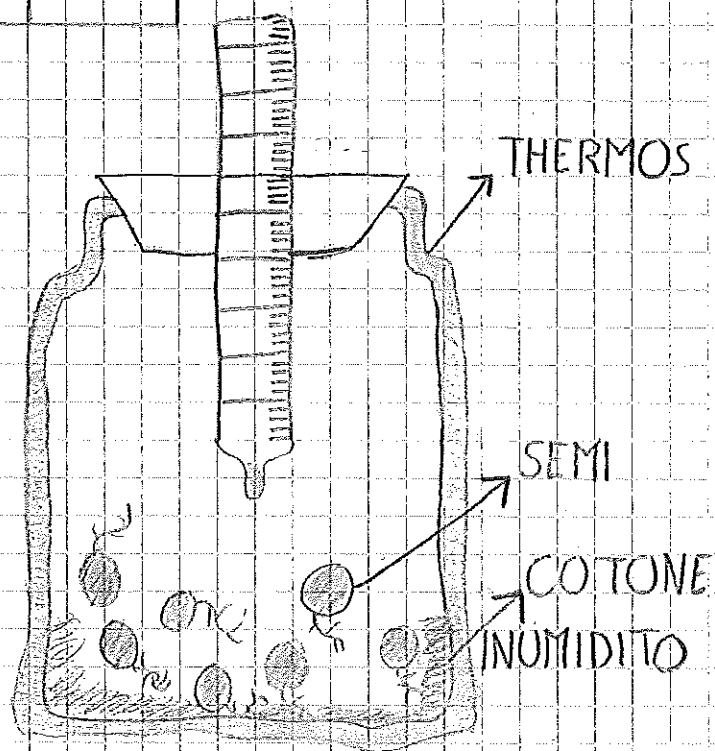
- mangiamo per procurarci sostanze utili alla crescita;
- per "caricarci" di energia ci serve il cibo;
- l'energia che proviene dal cibo ci serve per correre, saltare e compiere qualunque azione;
- quando ci muoviamo consumiamo un po' di energia per produrre calore che poi cediamo all'ambiente.

Con l'esperimento che vogliamo fare vogliamo dimostrare che i semi (lenticchie) germinando, consumano energia e liberano calore.

Quando il seme è chiuso nel sacchetto della sua confezione, non facendo nulla, non consuma energia, ma quando lo mettiamo nella terra umida, esso si gonfia e ne nasce una piccola radice: questa trasformazione si chiama germinazione e per realizzarla le lenticchie hanno bisogno di energia.

10/12/09

| | T. EST | T. INT |
|------------------|--------|--------|
| SUBITO | 23° | 20° |
| DOPO 24 h | 21° | 21° |
| DOPO 48 h | 23° | 22° |
| DOPO 7 GIORNI | 22° | 32° |



L'energia presente nei cibi.

Abbiamo osservato come bruciano i seguenti cibi: cracker, zucchero, mela, prosciutto, insalata, pasta, olio.

Cracker: brucia abbastanza in fretta, diventa subito nero;

zucchero: diventa liquido, prima bianco, poi giallo dopo maturazione e infine nero;

mela: annerisce la buccia mentre la polpa con la sua acqua spegne la fiamma;

prosciutto: brucia per un tempo lungo in particolare il grasso diventa marrone e nero, frigge;

insalata: si accartoccia e annerisce;

pasta: diventa nera e incurvata (spaghetto);

olio: bolle.

I cibi bruciano con tempi e modi diversi a seconda del tipo di particelle che li compongono.

I cibi con zuccheri BRUCIANO più facilmente, ma per un tempo più breve rispetto a quelli che contengono grassi che brucia-

no per tempi più lunghi.

Gli studiosi hanno misurato la quantità di calore che gli alimenti producono quando sono bruciati.

Il calore viene misurato in CALORIE per praticità sulle etichette sono indicate le chilocalorie

1 Kcal = 1.000 calorie

Discussione : "Perchè mangiamo?"

Federico: "Senza mangiare non possiamo vivere".

Francesco : "Il mangiare ci nutre".

Fabiana : "Anche io penso questo".

Aurora : "Il nostro cervello riceve zuccheri.

Valentina e Francesca affermano di voler dire la stessa cosa.

Alberto : "Ci fa crescere e crescere i muscoli".

Lorenzo P : "Per mantenerci in forza".

Valentina: "Ci dà energia".

Maicol : "Se il cibo non arrivasse al cervello non potremmo muovere le articolazioni".

Mariachiara : "Il cibo ci aiuta a pensare e studiare meglio".

Gabriele : "Energia per fare attività sportive".

Alessandro . "Se non mangi sveni o ti viene mal di testa".

Lorenzo F: "Perchè ci fa andare zuccheri al cervello per studiare meglio e fare attività".

Mattia: "Per prendere sostanze nutritive di cui abbiamo bisogno per vivere".

Nicolas : "Per farci studiare meglio e non farci calare la pressione".

Alice: "Senza mangiare si muore e il cibo ci dà energia".

Francesca : "Mangiare e bere sono fondamentali perchè senza non si sopravvive".

Genti : "Il mangiare ci fa compiere le funzioni vitali"

Federico: "Gli zuccheri che vanno al cervello lo fanno ingrossare".

Maicol precisa: "Ingrossa nel senso di intelligenza".

Fabiana: "Ci permette di fare passeggiate e andare in certi luoghi".

Simone : "Ci dà nutrimento e vitamine".

Davide : "Ci fa stare in forma".

Tanya : "Ci fa crescere in altezza".

Giorgia : "Fa diventare molto intelligenti"

Matteo : "Quando noi mangiamo gli zuccheri arrivano negli organi e li fanno funzionare".

Alberto : "Non bisogna mangiare troppo, altrimenti diventi obeso"

Gabriele: "Non devi mangiare troppi pasticci".

Mattia : "Il cibo ci ricarica delle energie perse".

Francesca: "Nel cibo ci sono vitamine che fanno funzionare il nostro corpo".

Simone : "Anche nelle verdure".

Davide . "Non mangiare sempre le stesse cose se no non hai quello che ti serve".

Alessandro: "Non mangiare troppi grassi".

Mariachiara: "Mangiare sano per dare zuccheri al corpo e metterlo in funzione".

Tanya: "Certe verdure fanno bene agli occhi".

Davide : "Non mangiare troppi dolci perchè bloccano le vene".

Maicol: "Mangiare frutta e verdura per tenerci in forma".

Alberto: "Mangiare sano per non rovinare lo stomaco".

Discussione : "Perchè mangiamo?"
Lorenzo C: "Per sopravvivere"
Chiara: "Per non prendere troppe malattie"
Alice: "Per crescere"
Manuel : "Per vivere"
Elena F: "Per prendere sostanze nutritive"
Manuel : "Noi mangiamo per fare i bisogni"
Lorenzo G: "Per stare in forma e avere energia per muoversi"
Lorenzo C: "Hai più energia"
Marco : "Per nutrirci"
Lorenzo G: "Noi dobbiamo sudare per eliminare le scorie"
Marco : "Mangiamo per avere forza"
Lorenzo C: "Per combattere la stanchezza"
Lorenzo G: "Mangiamo per dormire meglio"
Chiara : "Avere più energia"
Lucia: "Mangi per prendere calcio e proteine..."
Lorenzo G: "Servono per fare sport"
Mattia : "Mangiamo e il nostro corpo produce calore"
Marco : "Quando corri c'è sudore"
Andrea : "Quando sudi, togli acqua dal corpo"
Elena P: "Mentre corriamo il nostro corpo lavora e suda"
Manuel : "Per far lavorare i batteri nel nostro corpo"
Elena F: "Le proteine e il calcio servono per darci forza"
Lorenzo G: "Servono per far lavorare bene i muscoli e le ossa"
Manuel : "Se non mangi resti senza forze"
Lorenzo C: "Per far lavorare il nostro organismo"
Gaia: "Per far lavorare il cuore, l'intestino crasso , tenue....."
Marco: "Mangiamo per fare un lavoro"
Andrea : "Il lavoro è dentro il nostro intestino"
Lucia : "La trasformazione del nostro cibo in sangue"
Chiara: "Il lavoro è il passaggio del cibo in tutto il corpo"
Mattia : "Il lavoro è andare a scuola per noi"
Elena F: "Avere le forze per studiare"
Manuel : "Mangiare per fare tutti i movimenti"
Elena : "Attrverso le sostanze nutritive posso lavorare"
Marco : "Dentro i cibi c'è energia"