

1/11/09

Dopo la discussione sul perché mangiamo possiamo dire che:

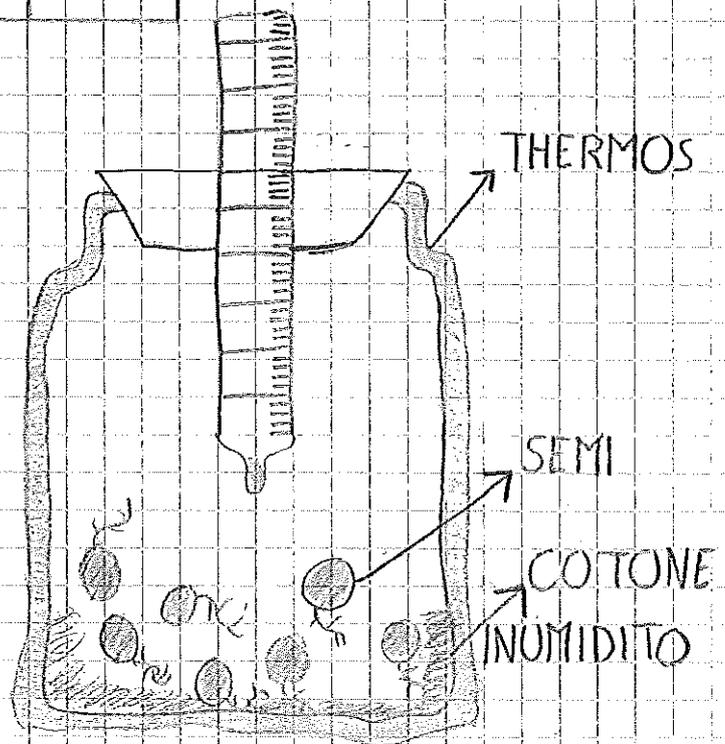
- mangiamo per procurarci sostanze utili alla crescita;
- per "caricarci" di energia ci serve il cibo;
- l'energia che proviene dal cibo ci serve per correre, saltare e compiere qualunque azione;
- quando ci muoviamo consumiamo un po' di energia per produrre calore che poi cediamo all'ambiente.

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 teca 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 mar-  
zone e infine nero;

mela: annarisce 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 accartocchia e annarisce;

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 tem-  
po 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 e 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 svieni 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"