

Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport
Herausgeber: Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola
Band: 8 (2006)
Heft: 4

Artikel: La scuola dei sensi
Autor: Keim, Véronique
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1001483>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 10.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Da sapere

Valutazione sensoriale – kesako?

► La valutazione sensoriale è un approccio scientifico della degustazione che consente di caratterizzare un alimento sulla base della percezione personale. Essa costituisce uno strumento di misura affidabile che permette di valutare le preferenze dei consumatori e di prevedere le ragioni della loro scelta.

Nel campo della valutazione sensoriale si distinguono due prospettive principali. La prima – detta analisi sensoriale – cerca di determinare le proprietà organolettiche degli alimenti, vale a dire la loro azione sui recettori sensoriali stimolati, prima, durante e dopo l'assunzione di un alimento. La seconda prospettiva – la valutazione edonistica – si occupa di precisare le preferenze o i rifiuti scaturiti dalle proprietà organolettiche. L'analisi sensoriale si basa sul prodotto stesso, quella edonistica si focalizza invece sul modo in cui il prodotto viene accettato dal consumatore.

► **Maggiori informazioni al sito:**

<http://life.hevs.ch/f/evaluation-sensorielle.asp>



Foto: kursiv

La scuola dei sensi

Progetto interdisciplinare // I bambini hanno un atteggiamento molto selettivo verso il cibo. L'insistenza del genitore ha spesso come risultato il rifiuto all'assaggio. E se i piccoli venissero stimolati attraverso i cinque sensi?

Véronique Keim

► Ognuno di noi arriccia il naso di fronte ad un alimento, magari sconosciuto, nuovo o sospetto. Nei bambini questo comportamento – denominato neofobia alimentare – è molto marcato fra i quattro e i sette anni. I genitori sono spesso disorientati di fronte ad un bambino incapace di giustificare a parole il rifiuto di mangiare. «Non mi piace!» è l'unica risposta che ottengono. Con il tempo, questo atteggiamento si attenua, anche se i giovani continueranno ad ignorare le insistenze dei genitori, dettate dalle campagne di prevenzione alimentare, soprattutto se vengono formulate per imporre loro una scelta. Una ricercatrice vallesana, ingegnere in scienza dell'alimentazione, ha trovato la soluzione al problema: trasformare i bambini in veri e propri attori dell'atto alimentare.

Promuovere piuttosto che prevenire

«Cosa dobbiamo fare per sconfiggere le cattive abitudini alimentari di giovani e bambini?». Un gruppo di lavoro dell'Alta Scuola Vallesana di Sion, diretto da Anne-Claude Luisier, ha deciso di rispondere a questa domanda attraverso un progetto d'intervento. «Le campagne di prevenzione non danno forzatamente i risultati sperati. Il concetto del nostro lavoro si basa invece sulla promozione.» Così è nato «Sensokids», un approccio multisensoriale all'alimentazione in cui si invita il bambino ad esplorare tutto quanto ruota attorno al piatto con l'aiuto dei cinque sensi. «Nella nostra quotidianità ci basiamo molto sulla vista e sull'udito, dimenticandoci di utilizzare anche l'olfatto, il gusto e il tatto.» Con

questo progetto multidisciplinare, i bambini conoscono gli alimenti sotto diversi aspetti, arricchiscono il loro vocabolario e sviluppano la loro immaginazione cercando delle analogie. In altre parole diventano dei piccoli esploratori di scrocchi di mela e del gusto pizzichino dell'acqua frizzante. La valutazione sensoriale, campo scientifico per eccellenza (v. riquadro in alto), s'insinua dunque nella griglia scolastica. «Grazie ad un approccio scientifico della degustazione riusciamo a capire meglio le preferenze alimentari dei bambini. Se prendiamo una mela, ad esempio, cerchiamo di capire quale influenza abbiano le dimensioni, il colore, la struttura, l'acidità o la forma (piena, a spicchi, tritata, ecc.) sull'eventuale rifiuto del bambino.»



Progressi rapidi

► La valutazione effettuata dopo un esperimento di un anno sugli allievi di Saillon ha permesso di stilare un primo bilancio pedagogico.

Esempi: gli allievi hanno scoperto nuove sfaccettature degli alimenti – «la galletta di riso produce lo stesso suono di quando strofino le mie pantofole per terra» (Méline, 6 anni) – hanno arricchito il loro vocabolario gustativo: «è friabile», «è astringente», hanno superato i loro pregiudizi: «pensavo che l'oliva non mi piacesse, ma assaggiandola mi sono resa conto che mi piace» (Marion 8 anni), e per finire hanno fatto appello alla loro memoria e alla loro capacità d'analisi: «più mi avvicino alla fetta di cocomero, più ho l'impressione di mangiare un'anguria» (Gaëlle, 8 anni).

► **Informazioni sul progetto:** Alta scuola vallesana, Anne-Claude Luisier, tél. 027 606 86 59; e-mail: aclaude.luisier@hevs.ch; www.hevs.ch, www.senso5.ch

Quando la scienza incontra la pedagogia

Nella scuola elementare di Saillon i ricercatori, in accordo con direttori e insegnanti, hanno proposto di sviluppare questo progetto su diversi anni. Lanciato nel 2003 in alcune classi, il progetto si estende ora a tutti i livelli, dal primo anno di scuola d'infanzia all'ultimo di scuola elementare. «Il vasto campo d'applicazione permette di osservare l'evoluzione del comportamento degli allievi. Per adattarci alle diverse fasi di sviluppo dei bambini una psicologa accompagna ogni fase del progetto.» Gli insegnanti hanno seguito una formazione adeguata sui sistemi sensoriali e nel corso dell'anno scolastico sono tenuti a scegliere delle attività che stimolino i cinque sensi. L'alimento diventa allora il canale informativo per un apprendimento multisensoriale. Durante una gita nel bosco, ad esempio, gli alunni scoprono diversi tipi di piante ed alberi, la loro forma, il loro profumo, ecc. E una volta ritornati in classe assaggeranno delle tisane ricavate dalle foglie raccolte nel bosco. La lettura rappresenta un altro campo d'applicazione. La lettera A ricorda l'ananas e il suo profumo, la P di pera collega il sapore di diverse varietà, la M di melone fa venire l'acquolina in bocca... Il vocabolario dei ragazzi si amplia, permettendo loro di trovare

le parole adatte per descrivere le sensazioni in modo tale da trasformare il «non mi piace» in un messaggio dissenso compiuto. Questo approccio originale consente spesso di superare la neofobia alimentare e gli alimenti s'impreziosiscono di particolari sfumature di cui persino i genitori ignoravano l'esistenza.

Dalla scuola alla cucina di casa

L'influsso delle mode, dei prezzi e gli aspetti salutistici non aiutano certamente i genitori a trovare una linea da seguire in ambito alimentare. Ma grazie a questo progetto beneficiano di un valido sostegno. «Una volta a casa, i ragazzi vogliono condividere le loro scoperte. Così, improvvisamente, la mamma si accorge che sua figlia non rifiuta il cocomero ma bensì la salsa che l'accompagna!» Se prima la mela a merenda era poco apprezzata, grazie alle scoperte sviluppate la tendenza viene capovolta e la granny smith, «frizzante e deliciosamente croccante» riscontra un successo insperato rimpiazzando la più nota golden. A condizione, naturalmente, di servirla tagliata in quattro spicchi! Anne-Claude Luisier è convinta che offrendo un contenitore da poter riempire a proprio piacimento, il bambino passa da consumatore passivo ad attore. E questo rappresenta il punto centrale per cambiare l'approccio e

l'accettazione degli alimenti. A priori, bisogna evitare di etichettare un prodotto, ma è importante lasciare al bambino il compito di conoscerlo attraverso i propri sensi e di sviluppare la sua opinione.»

Riconoscimenti e sviluppi

Al progetto «Sensokids: 5 sensi per imparare» è stato attribuito il premio Salute-Industria 2005 dell'Associazione europea per la promozione della salute (AEPS). Un traguardo insperato che ha dato un ulteriore slancio al progetto. Presentata in occasione di una conferenza del dipartimento dell'istruzione pubblica, l'iniziativa ha risvegliato l'interesse di molti politici ed oggi può contare sul sostegno delle autorità cantonali vallesane per i prossimi cinque anni. Il cantone intende consolidare il profilo scientifico-pedagogico del progetto, incoraggiando l'integrazione di strumenti d'apprendimento in tutte le sedi scolastiche elementari e primarie. Anne-Claude Luisier è molto soddisfatta. «Questo sostegno ci permetterà di concretizzare il seguito del progetto e di adattare ulteriormente gli strumenti sulla base dei risultati ottenuti. In questo modo potremmo certificare scientificamente il nostro lavoro.» Da qui anche l'idea di ribattezzare «Sensokids» in «Senso5». Una prospettiva da seguire con interesse. //