



RUOTA DELLE STAGIONI

Uno strumento educativo per le scuole dell'infanzia del Comune di Milano

Nata dalla collaborazione tra l'Area Servizi all'Infanzia e l'Area Food Policy della Direzione Educazione del Comune di Milano, integrando le diverse professionalità e le competenze, la Ruota delle Stagioni è uno strumento educativo che offre a educatrici, educatori, bambine e bambini delle Scuole dell'Infanzia un'opportunità per esplorare e raccontare lo scorrere del tempo e la stagionalità del cibo e degli elementi naturali.

Questo opuscolo descrittivo offre un breve approfondimento a sostegno della riflessione pedagogica intorno alla Ruota delle Stagioni e una serie di spunti per educare alla sana alimentazione.



Progetti e iniziative a supporto

La Ruota delle Stagioni viene promossa nei servizi in cui sono attivi progetti di educazione alimentare come **strumento trasversale di accompagnamento alle esperienze educative sui temi del cibo e dell'alimentazione.**

Ad esempio, nei contesti che partecipano alla distribuzione della frutta a metà mattina, la Ruota consente di collegare concretamente il consumo quotidiano della frutta ai cicli della natura, aiutando bambini e bambine a riconoscere la stagionalità degli alimenti proposti e a sviluppare maggiore consapevolezza rispetto alle scelte alimentari.

Nei **progetti come School Food 4 Change e Tutti a tavola**, la Ruota si offre come supporto per attività di osservazione e conoscenza delle tante tipologie di frutti e ortaggi e del lessico utile per raccontarli.

In questo modo rappresenta uno **strumento coerente che rafforza** e rende visibile l'unitarietà tra proposta nutrizionale, esperienza educativa e sostenibilità ambientale.



Dal sito di Milano Ristorazione si può accedere alla serie animata **Chef Ambrogio** che presenta ai bambini le ricette della refezione scolastica.

www.milanoristorazione.it/video



Crescere con le stagioni: un percorso educativo tra natura e alimentazione

L'Area Servizi Educativi e l'Area Food Policy, in funzione delle priorità specifiche definite da documenti di indirizzo come ad esempio le **5 priorità della Food Policy** di Milano e "**Le linee di indirizzo Pedagogiche dei Servizi all'infanzia del Comune di Milano**", condividono ambiti di intervento trasversali riconducibili ai temi della salute, del benessere e della crescita in un contesto sano in chiave di sostenibilità ambientale e sociale.

In questa prospettiva integrata, il **concetto di stagionalità** rappresenta un elemento particolarmente significativo, poiché connette dimensioni educative, culturali, ambientali e nutrizionali all'interno di una visione unitaria dello sviluppo di bambine e bambini.

La proposta di ideare la ruota delle stagioni costituisce un esempio efficace di questa convergenza di intenti: essa consente di valorizzare il rapporto tra **ciclicità naturale, esperienze educative e abitudini alimentari**, offrendo a bambine e bambini occasioni per comprendere i ritmi della natura, riconoscere i cambiamenti dell'ambiente e collegarli ai cibi e alle esperienze sensoriali quotidiane.

È una risorsa per esplorare la relazione esistente tra il trascorrere del tempo e delle stagioni, da una parte, e gli alimenti che si ritrovano nel menu della refezione scolastica e nei pasti quotidiani, dall'altra. È da intendere come una proposta aperta e flessibile che ogni educatrice/educatore può utilizzare a partire dal proprio contesto e in relazione alle esigenze e agli interessi del gruppo di bambine e bambini che incontra ogni giorno.

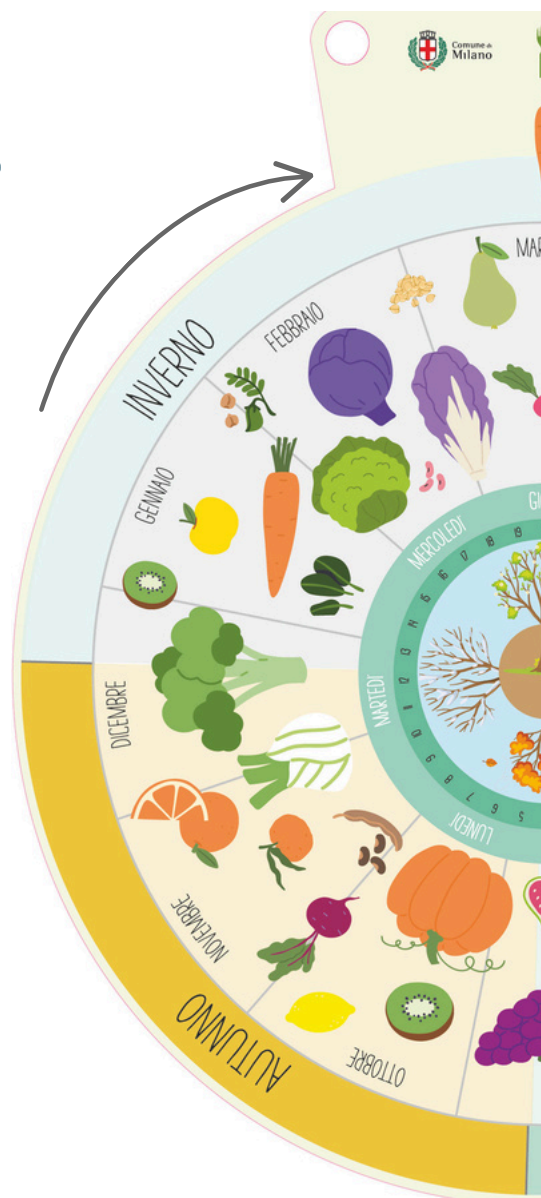
Mangiare nelle stagioni: educare al cibo fin dall'infanzia

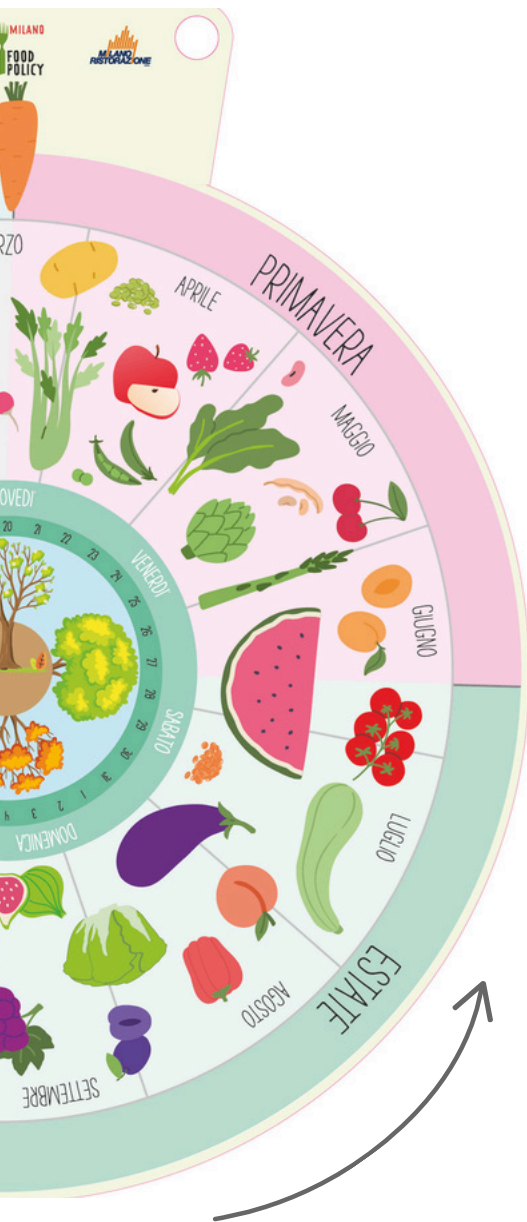
La Ruota delle Stagioni presenta frutta e verdura secondo l'alternanza delle stagioni.

In particolare, vengono proposti anche alimenti previsti dai menu scolastici rendendo lo strumento concreto e vicino all'esperienza quotidiana di bambini e bambine che, riconoscendo poi nel piatto ciò che la natura offre nelle diverse stagioni, matureranno consapevolezza, curiosità alimentare e abitudini in armonia con i ritmi naturali.

Mangiare "ciò che la stagione offre" diventa così un messaggio educativo chiaro che unisce rispetto della natura e cultura del benessere.

In linea con le diverse raccomandazioni nazionali e internazionali che suggeriscono di avviare attività di educazione alimentare fin dalla prima infanzia - nell'ambito di una più ampia azione di food literacy (*Education and Nutrition - Learn to eat well UNESCO** nel 2025) - la Ruota delle Stagioni fornisce la possibilità di sviluppare numerose riflessioni ed esperienze educative sul tema della relazione con il cibo e l'alimentazione, promuovendo apprendimenti e competenze nei diversi ambiti di sviluppo di bambine e bambini.





La Ruota delle Stagioni come ponte tra tempo vissuto e tempo narrato

L'utilizzo della Ruota delle Stagioni può essere proposta nei momenti di routine, coerentemente con la programmazione dell'equipe educativa: ogni giorno/settimana/mese/stagione si può ruotare il disco, osservare il clima, commentare i cambiamenti del paesaggio e dare rilievo a eventi significativi come i compleanni o le feste.

Attraverso l'uso di questo oggetto concreto, verbalizzazioni quali "Oggi è il primo giorno d'autunno", "Matilde e Amir sono nati ad aprile", oppure "La scuola ricomincia a settembre" si trasformano in occasioni per bambini e bambine, per elaborare racconti e storie in cui il tempo naturale e quello vissuto, **l'esperienza personale e la conoscenza del mondo si intrecciano.**

Segnare una data, contare i giorni che mancano a un compleanno o osservare il cambio del mese sono azioni che permettono a bambine e bambini di fare esperienza del concetto di tempo e di raccontarlo, nelle sue tante forme e nel suo divenire.

La Ruota delle stagioni, così come i calendari posti nelle sezioni delle Scuole dell'Infanzia, si caratterizzano quindi quali dispositivi importanti per bambine e bambini per abitare il tempo, **comprenderlo e farne memoria collettiva.**

Al di là del suo uso più convenzionale, la Ruota delle Stagioni deve rimanere uno strumento aperto capace di accogliere sollecitazioni e interpretazioni di bambini e bambine e generare ulteriori rappresentazioni creative del tempo in tutte le sue possibilità (disegni, materiali naturali raccolti all'aperto, fotografie, parole o racconti...).

In questo modo la Ruota aspira a essere sia un supporto didattico per **rappresentare il tempo**, sia un dispositivo espressivo e di ricerca, per favorire l'immaginazione, la **narrazione e la partecipazione di ciascuno.**

In sintesi, l'intento progettuale è che la Ruota delle Stagioni possa essere utilizzata come uno strumento trasversale, che unisce osservazione, linguaggio, creatività e socialità, per supportare la comprensione del tempo vissuto, narrato e rappresentato.

Significati e modalità di lettura

Scelte grafiche e materiali: coerenza pedagogica e funzionalità educativa

Dal punto di vista grafico, in linea con le indicazioni pedagogiche dei servizi, la Ruota mostra immagini realistiche, escludendo antropomorfizzazioni e semplificazioni eccessive delle figure per favorirne la leggibilità e la comprensione autonoma, così come i colori sono stati scelti per facilitare l'associazione agli elementi così come presenti in natura. La presenza di frutta e verdura collega stagionalità e alimentazione e permette di ampliare il lessico del cibo e soprattutto di apprezzare la varietà dei prodotti, a vantaggio di un'educazione alimentare consapevole, basata su osservazione, esperienza e riflessione.

La scelta del supporto in plexiglass si è fondata su caratteristiche di resistenza, peso, lavabilità, con l'obiettivo di costruire un oggetto adatto all'utilizzo quotidiana di bambine e bambini. La trasparenza del materiale permette inoltre di sovrapporre elementi mobili o intercambiabili (frecce, immagini, simboli), rendendo la ruota dinamica e interattiva, utile per un apprendimento esperienziale e condiviso.

Come leggere gli elementi della ruota

Gli alimenti sono distribuiti in modo uniforme nei 12 spicchi al fine di generare un'immagine ben armonizzata e gradevole.

Il periodo di disponibilità dei singoli alimenti deve essere letto, all'interno della Ruota, identificando l'intera stagione (area rosa, verde, gialla, celeste) e non il singolo mese.

Per verificare il periodo preciso di disponibilità, consultate il Calendario che segue.

Le informazioni sulla stagionalità di frutta e verdura riportate nella Ruota e nel Calendario sono indicative: le disponibilità variano a seconda della latitudine e dell'altitudine del luogo di raccolta, delle modalità di coltivazione, dei fattori meteorologici. Ogni annata infatti, può essere diversa in termini di temperature e umidità.

ALBICOCCA, ANGURIA: da giugno ad agosto

ARANCIA: da novembre ad aprile

ASPARAGO: da marzo a giugno

BARBABIETOLA: da agosto a febbraio

BIETOLA: tutto l'anno

BROCCOLO: da settembre a marzo

CARCIOFO: da novembre a maggio

CAROTA: tutto l'anno

CAVOLFORE: da ottobre ad aprile

CAVOLO ROSSO: da novembre ad aprile

CILIEGIA: da maggio a luglio

FICO: da luglio a settembre

FINOCCHIO: da ottobre a maggio

FRAGOLA: da aprile a luglio

KIWI: da ottobre ad aprile

LATTUGA: tutto l'anno

LENTICCHIA: da giugno a luglio

LIMONE: da ottobre ad aprile

MANDARINO/CLEMENTINA: da ottobre a marzo

MELA: da agosto ad aprile

MELANZANA: da giugno a ottobre

PATATA: da marzo a settembre

PEPERONE: da maggio a ottobre

PERA: da agosto a marzo

PESCA: da giugno a settembre

POMODORO: da maggio a settembre

PRUGNA/SUSINA: da giugno a settembre

RADICCHIO: tutto l'anno

RAVANELLO: da aprile a ottobre

SEDANO: da aprile a novembre

SPINACIO: da settembre a maggio

UVA: da agosto a dicembre

ZUCCA: da agosto a marzo

ZUCCHINA: da maggio a settembre

I legumi sono stati distribuiti lungo tutto l'arco dell'anno in quanto utilizzati secchi nel menu nelle diverse preparazioni per tutto l'anno.



Comune di Milano

Direzione Educazione, Area Food Policy, *Unità Innovazione Sistema Alimentare*,
Area Servizi all'Infanzia *Unità Coordinamento Pedagogico*
foodpolicy@comune.milano.it 02.884.45694

Milano Ristorazione

Ufficio Relazioni Esterne

Sul portale di Milano Ristorazione sono disponibili diversi contenuti ideati per le scuole e il personale educativo

www.milanoristorazione.it/educazione-alimentare

Marzo 2026

Le immagini della frutta e verdura sono state uniformate con strumenti di Intelligenza Artificiale. I contenuti di questo opuscolo non riflettono necessariamente il punto di vista ufficiale delle istituzioni, degli enti o degli attori citati. Il Comune di Milano, Milano Ristorazione e il personale che ha contribuito alla redazione non possono essere ritenuti responsabili dell'accuratezza delle informazioni e dei dati riportati.