



Attività: Mostrare l'acqua contenuta nel nostro corpo

Introduzione:

Il corpo umano è costituito per il 60-70% di acqua.

In questa attività viene mostrato il contenuto d'acqua del corpo degli alunni.

Gruppo obiettivo: scuola elementare

Obiettivi formativi: il corpo umano è fatto per il 60-70% di acqua

Tempo necessario: 30 minuti

Strumenti e materiali necessari:

- ✓ 15-20 bottiglie (da 1 l) o contenitori di plastica

Svolgimento:

Mostriamo il contenuto d'acqua del nostro corpo.

Il corpo di uno studente della scuola elementare è composto per circa il 60% da acqua. In un bambino di 25 kg, sono circa 15 litri di acqua.

Bottiglie d'acqua o contenitori di plastica mostrano, quanta acqua c'è "nello" studente:

- ⇒ Metti 15 bottiglie da 1l riempite accanto a un bambino.
- ⇒ Tanta acqua è nel tuo corpo! Se perdi acqua (attraverso la respirazione, la sudorazione, l'urina) devi bere di nuovo esattamente quella quantità! Sono circa 1 - 1,5 litri al giorno.
- ⇒ Hai avuto abbastanza da bere oggi?

Curiosità:

Quanta acqua c'è nel tuo corpo? <https://curiosity.com/topics/how-much-of-your-body-is-water-that-all-depends-curiosity/>

Progetto WET (materiale e informazioni di base sul contenuto di acqua per studenti / alunni): <https://www.projectwet.org/sites/default/files/content/documents/hydration-activities.pdf>

