

PROGETTO EDUCAZIONE ALIMENTARE
Anno Scolastico 2009/2010

ALIMENTI...

AMO



Direzione Didattica di Casalbordino

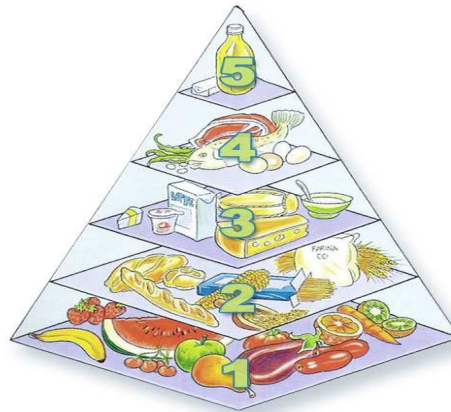


Finalità

"...Dimmi come mangi, ti dirò chi sei..." è un antico proverbio che indicativo, attraverso la saggezza degli anziani di quanto sia importante nutrirsi con cognizione di fatto.

L'abitudine alimentare è una sorta di carta d'identità dell'individuo: dal collerico, a dieta permanente, all' obeso in continua lotta con sé stesso, passando attraverso il mingherlino, soffocato dall'ansia del cibo di chi gli vive accanto, o allo sportivo che per bruciare ogni caloria ingoiata si sfinisce con ritmi ginnici permanenti. L'equilibrio, l'abitudine ad una dieta bilanciata, non sono costumi alimentari facili e, spesso i bambini ne pagano consciamente o inconsciamente le conseguenze.

Obiettivi finali



- ✓ Riconoscere il bisogno di cibo
- ✓ Mostrare curiosità nei confronti del cibo
- ✓ Conoscere e motivare i propri gusti
- ✓ Sviluppare un comportamento responsabile nei confronti del cibo
- ✓ Interagire tra il cibo, ambiente e salute dell'uomo
- ✓ Individuare l'importanza dell'alimentazione
- ✓ Valutare gli effetti di un'alimentazione eccessiva e quelli di un'alimentazione insufficiente
- ✓ Studiare l'importanza e la funzione dei vari alimenti
- ✓ Scoprire il valore nutritivo degli alimenti che appartengono alla quotidianità dei bambini
- ✓ Scegliere i cibi adatti a merende sane
- ✓ Abituarsi all'uso di latte, tè, spremute, miele, marmellata, pane, per la prima colazione
- ✓ Selezionare i frutti nella loro stagionalità
- ✓ Apprezzare le verdure
- ✓ Analizzare i cibi attraverso la lettura delle etichette
- ✓ Acquisire la consapevolezza che certe scelte alimentari sono frutto di condizionamento



Obiettivi intermedi

- Alimentazione strumento di:
 - ✓ comunicazione
 - ✓ incontro
 - ✓ pensiero
 - ✓ condivisione
 - ✓ integrazione
- Alimentazione e Cultura: conoscenze e relazioni
- Alimentazione contributo per la crescita:
 - ✓ personale
 - ✓ culturale
 - ✓ umana
- Alimentazione e qualità dell'habitat: un legame imprescindibile
- Alimentazione, prevenzione, cura delle malattie



Obiettivi specifici

- Conoscere gli alimenti
- Raggiungere un consapevole rapporto con il cibo
- Promuovere una corretta alimentazione
- Educare al gusto
- Evitare gli sprechi attraverso:
 - ✓ riciclaggio degli alimenti non contaminati
 - ✓ riutilizzo degli alimenti in avanzo
 - ✓ Il pane...l'alleato più ...malleabile
- La merenda in classe:



- Alternativa
- Condivisa
- Consumata

- Scoprire le proprie attitudini ad avere le ...mani in pasta
- Assaporare il prodotto finito



Contenuti

Cinque anni della scuola dell'infanzia + biennio della sc.primaria:

- ✓ Conoscenza sensoriale degli alimenti: tatto-olfatto-gusto
- ✓ Cibi graditi e non
- ✓ Educazione allo spreco alimentare
- ✓ Riciclaggio del cibo

Classi III-IV-V:

- ✓ La storia degli alimenti e delle abitudini alimentari
- ✓ Società opulenti- il terzo mondo e la fame
- ✓ Cibi graditi e non
- ✓ Educazione allo spreco alimentare
- ✓ Le proprietà e i valori nutrizionali degli alimenti
- ✓ Riciclaggio del cibo
- ✓ La filiera del prodotto /conoscenza delle diverse filiere:latte, miele pane...
- ✓ Controllo della qualità del prodotto

Attività



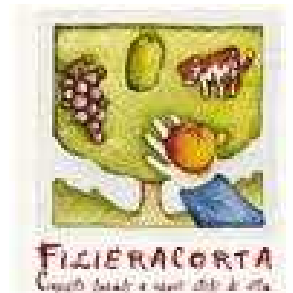
- ✓ Conosciamo gli alimenti (5 anni sc. Infanzia+ primo biennio della primaria)attraverso:
 - il colore
 - il contatto
 - l'odore
 - il sapore
- ✓ Scopriamo delle abitudini alimentari dei bambini: "*diario di bordo*" (classe IV e V)
- ✓ Indaghiamo sugli ingredienti delle merendine sul campo visitando un supermercato (classi IV eV)
- ✓ Esperenziamo nei laboratori di cucina in classe (classi III-IV-V)
- ✓ Realizziamo ricette per la merenda comune in classe (tutte le classi interessate)
- ✓ Visitiamo le fattorie didattiche(tutte le classi interessate)
- ✓ Produciamo di brevi storie e filastrocche sul tema...(primo biennio della primaria)
- ✓ Rechiamoci (tutte le classi coinvolte) :
 - al panificio
 - al supermercato
 - alla cucina di un ristorante
- ✓ Elaboriamo piatti creativi, fantasiosi e invitanti con frutta, verdura ed altri ingredienti (classi III-IV-V)
- ✓ Allestiamo uno spazio idoneo a trasformarsi in piccoli cuochi.....(Classi IV_V)

Metodologia



- esplorazione

- ✓ Cl. 5 anni sc. Infanzia+ primo biennio della primaria : tocco -odoro -distinguo
- ✓ Cl. III-IV-V: dal produttore al consumatore
 - osservazione:
- ✓ Cl. 5 anni sc. Infanzia+ primo biennio della primaria : vedo -odoro- assaggio
- ✓ Cl. III-IV-V: la filiera alimentare



- scoperta

- ✓ Cl. 5 anni sc. Infanzia+ primo biennio della primaria : tocco- odoro - assaggio- riconosco
- ✓ Cl. III-IV-V: dalle abitudini alimentari mediterranee al "Diario di Bordo"



- ricerca

- ✓ per tutte le classi (nomenclatura)



- manipolazione

- ✓ per tutte le classi (scopriteci... con le mani in pasta)

Spazi



Il progetto sarà svolto in ambienti conosciuti dai bambini:

- ❖ classe (lezione teorico/frontali)
- ❖ visita a fattorie didattiche (se finanziate dalla Scuola in CEA)
- ❖ laboratorio multimediale
- ❖ ambiente igienicamente idoneo a mettere le ...mani in pasta
- ❖ la cucina della scuola dell'infanzia

Tali ambienti saranno scelti di volta in volta secondo il lavoro che si vuole realizzare.

Tempi

febbraio/maggio :

- ✓ in orario curriculare con i bambini
- ✓ in orario extracurriculare per i genitori

Risorse umane

- ✓ Docenti responsabili del progetto
- ✓ Medici (endocrinologi e pediatri)
- ✓ Alimentaristi
- ✓ Specialisti del settore agro-alimentare
- ✓ Cuochi
- ✓ Collaboratori scolastici
- ✓ Partecipazione di genitori o nonni



Destinatari

- ✓ Alunni
- ✓ Genitori



Verifica

- ✓ “Diario di Bordo”
- ✓ Griglie di verifica
- ✓ Produzione di materiale
- ✓ Stesura di cartelloni murali
- ✓ Realizzazione prodotti alimentari derivanti dal riciclaggio



Valutazione

- ✓ Realizzazione di un DVD
- ✓



- ✓ Condivisione dei risultati raggiunti alle famiglie e agli alunni della scuola durante una manifestazione ufficiale
- ✓ Questionari di gradimento per:
 - Alunni
 - Genitori
 - Insegnanti



Docenti referenti:

cinque anni + primo ciclo primaria : **Maria Luisa Carusi**
secondo ciclo primaria: **Maria Antonietta Rovani**