

Titolo	<p align="center">“Belli Dentro e Belli Fuori ... Mangiando Sano e Corretto”</p>
<p>Tipologia: [x] approfondimento delle competenze disciplinari/culturali</p> <p>[x] approfondimento e rafforzamento delle competenze chiave</p> <p>[x] rafforzamento delle Life Skills (consapevolezza di sé, gestione delle emozioni, empatia, comunicazione efficace, relazioni efficaci cognitive - risoluzione di problemi, prendere decisioni, senso critico, creatività,...)</p> <p>Premessa: “Alimentazione Sana” è il messaggio che ogni giorno riceviamo da parte degli esperti che, da tempo, sottolineano l’importanza di un’educazione alimentare corretta, sin dalla più tenera età, per il benessere e la prevenzione di molte e serie patologie. Una consapevolezza ancora tutta da costruire per i giovani di oggi. Il progetto “Alimentazione Sana” costituisce una significativa occasione di crescita e di coinvolgimento di tutto il contesto socio – educativo (famiglia, scuola, comunità locale) impegnato a promuovere il benessere del bambino – ragazzo mediante esperienze condivise.</p> <p>Finalità:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Star bene con se stessi; • Promuovere corretti stili di vita; • Conoscere la funzione energetica, costruttiva e protettiva degli alimenti; • Scoprire che è necessaria una sana alimentazione per difendersi dalle malattie; • Promuovere un atteggiamento positivo nei confronti del cibo per un equilibrato sviluppo psicofisico; • Conoscere le tradizioni alimentari del proprio territorio; • Conoscere il legame fra l'alimentazione e la salute; • Far emergere le motivazioni che stanno dietro alle scelte alimentari e comprendere i linguaggi di comunicazione commerciale; • Conoscere le tradizioni del nostro territorio. 	
<p>Referente</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ins.te Testa Angela Agrippina

<p>Destinatari (specificare classe e numero di alunni)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Scuola dell'infanzia (bambini di cinque); • Scuola Primaria (tutte le classi); • Scuola Secondaria di primo grado (classi prime e seconde).
<p>Obiettivi</p>	<p>Scuola dell'Infanzia</p> <ul style="list-style-type: none"> • Favorire nei bambini lo sviluppo di atteggiamenti consapevoli e positivi, attraverso esperienze ludico - sensoriali e cognitive verso il cibo, rendendoli così capaci di effettuare scelte presenti e future mirate al proprio benessere; • Condividere con le famiglie lo sviluppo di una coscienza alimentare che aiuti il bambino ad essere consapevole e autonomo. <p>Scuola Primaria</p> <ul style="list-style-type: none"> • Attività di ascolto, narrazioni di racconti, video racconti e canti; • Giochi e lettura di immagini; • Conoscenza degli alimenti e dei loro contenuti (grassi, proteine, ecc.); • Sono previste attività in classe con il coinvolgimento di genitori e personale specializzato nel campo dell'alimentazione (dietologo, nutrizionista, ecc.); • La catena alimentare; • Raccolta di ricette, storie e tradizioni; • Utilizzo dei 5 sensi per conoscere e sperimentare la stagionalità dei prodotti; • La trasformazione del prodotto; • Conoscenza dei prodotti agro – alimentari del nostro territorio, • Produzioni di poesie, filastrocche e video attinenti al tema; • Canti corali; • Visita ad aziende; • Indagine sugli alimenti presenti nel menù scolastico. <p>Scuola Secondaria di I grado</p> <ul style="list-style-type: none"> • Acquisire maggiori conoscenze in fatto di alimentazione; • Far riflettere sulle proprie conoscenze e sui propri comportamenti in relazione alla tutela della salute; • Rendere consapevoli i ragazzi che tutti i loro sensi influenzano le loro scelte;

	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere i legami che si formano tra gli alimenti e l'uomo; • Conoscere le conseguenze di una errata alimentazione (obesità, anoressia, ecc.); • Conoscere la storia degli alimenti e dei luoghi di provenienza; • Conoscere il legame tra alimentazione e società; • Confrontare i cibi di ieri e di oggi; • Ricercare e studiare miti, culti, musiche legate agli alimenti.
Attività	<p>Gli operatori avranno cura di adattare gli argomenti e la metodologia all'età dei partecipanti.</p> <p>Attività di tipo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Informativo; • Comunicativo; • Formativo; • Educativo; • Indagine sulle abitudini alimentari; • Esperienze laboratoriali di cucina in classe; • Visita a fattorie locali; • Visita ad un panificio del paese; • Visita al mercato.
Metodologia e mezzi	<ul style="list-style-type: none"> • La scelta del metodo di lavoro dovrà rispecchiare la necessità di creare un'immagine di continuità e, nello stesso tempo, di diversità rispetto alle attività scolastiche tradizionali. • La strategia dell'intervento sarà volta, quindi, non ad una semplice "trasmissione" di informazioni, ma alla costruzione di emozioni e stimoli che attivino processi formativi profondi e permanenti
Risultati attesi	<ul style="list-style-type: none"> • Livello di apprendimento raggiunto relativamente all'importanza di una corretta alimentazione, • Gli alunni al termine delle attività avranno acquisito alcune conoscenze sull'anatomia e fisiologia del corpo umano, conosceranno le norme di comportamento che favoriscono la salute fisica in relazione all'alimentazione e sapranno utilizzare le conoscenze sui principi nutritivi per elaborare una dieta-tipo. • La consapevolezza raggiunta sulle motivazioni alla base delle scelte alimentari e sullo sviluppo di una coscienza al consumo critico • Acquisizione del concetto di trasformazione degli alimenti, e dei principi e processi alla base della conservazione degli alimenti; • Sviluppo di una coscienza al consumo critico
Valutazione in itinere e/o finale	<ul style="list-style-type: none"> • La verifica del progetto sarà effettuata in itinere con

	<p>l'osservazione diretta per valutare le abitudini alimentari acquisite e la maggiore attenzione posta nei comportamenti corretti;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verranno effettuate indagini a confronto sul prima e dopo.
Durata	<ul style="list-style-type: none"> • È prevista una prima fase di contatto con insegnanti ed alunni per condividere modalità e dettagli del progetto da legare al percorso formativo previsto per l'anno scolastico in corso. • Incontro con gli esperti da definire. • Data l'estensione e la trasversalità del progetto la durata si intende annuale con la cadenza che ogni insegnante vorrà dargli tenendo conto anche delle disponibilità relative alle uscite ed agli interventi programmati.
Risorse umane interne (numero di insegnanti coinvolti)	<ul style="list-style-type: none"> • Docenti delle classi coinvolte.
Altre risorse umane (ATA, esperti esterni, ecc.)	<ul style="list-style-type: none"> • Medici locali e non, dietisti, ASP, AVIS, AIRC, Cooperative locali, ecc.
Risorse finanziarie (per materiali, strumenti, interventi esterni, ecc.)	<ul style="list-style-type: none"> • Il progetto è gratuito.
Altro	<ul style="list-style-type: none"> • Il progetto è inserito nel POF; • Il percorso educativo è integrato nella programmazione didattica annuale proponendosi in tutte le aree disciplinari e in tutti e tre gli ordini di scuola: Infanzia, Primaria, Secondaria di 1° grado.