

Titolo	<p align="center"><b>“Belli Dentro e Belli Fuori ... Mangiando Sano e Corretto”</b></p>
<p><b>Tipologia:</b>                      [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><b>Premessa:</b>                      “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><b>Finalità:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Star bene con se stessi;</li> <li>• Promuovere corretti stili di vita;</li> <li>• Conoscere la funzione energetica, costruttiva e protettiva degli alimenti;</li> <li>• Scoprire che è necessaria una sana alimentazione per difendersi dalle malattie;</li> <li>• Promuovere un atteggiamento positivo nei confronti del cibo per un equilibrato sviluppo psicofisico;</li> <li>• Conoscere le tradizioni alimentari del proprio territorio;</li> <li>• Conoscere il legame fra l'alimentazione e la salute;</li> <li>• Far emergere le motivazioni che stanno dietro alle scelte alimentari e comprendere i linguaggi di comunicazione commerciale;</li> <li>• Conoscere le tradizioni del nostro territorio.</li> </ul>	
<p><b>Referente</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Ins.te Testa Angela Agrippina</b></li> </ul>

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

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere i legami che si formano tra gli alimenti e l'uomo;</li> <li>• Conoscere le conseguenze di una errata alimentazione (obesità, anoressia, ecc.);</li> <li>• Conoscere la storia degli alimenti e dei luoghi di provenienza;</li> <li>• Conoscere il legame tra alimentazione e società;</li> <li>• Confrontare i cibi di ieri e di oggi;</li> <li>• Ricercare e studiare miti, culti, musiche legate agli alimenti.</li> </ul>
<b>Attività</b>	<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"> <li>• Informativo;</li> <li>• Comunicativo;</li> <li>• Formativo;</li> <li>• Educativo;</li> <li>• Indagine sulle abitudini alimentari;</li> <li>• Esperienze laboratoriali di cucina in classe;</li> <li>• Visita a fattorie locali;</li> <li>• Visita ad un panificio del paese;</li> <li>• Visita al mercato.</li> </ul>
<b>Metodologia e mezzi</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 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.</li> <li>• 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</li> </ul>
<b>Risultati attesi</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Livello di apprendimento raggiunto relativamente all'importanza di una corretta alimentazione,</li> <li>• 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.</li> <li>• La consapevolezza raggiunta sulle motivazioni alla base delle scelte alimentari e sullo sviluppo di una coscienza al consumo critico</li> <li>• Acquisizione del concetto di trasformazione degli alimenti, e dei principi e processi alla base della conservazione degli alimenti;</li> <li>• Sviluppo di una coscienza al consumo critico</li> </ul>
<b>Valutazione in itinere e/o finale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La verifica del progetto sarà effettuata in itinere con</li> </ul>

	<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"> <li>• Verranno effettuate indagini a confronto sul prima e dopo.</li> </ul>
<b>Durata</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 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.</li> <li>• Incontro con gli esperti da definire.</li> <li>• 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.</li> </ul>
<b>Risorse umane interne</b> (numero di insegnanti coinvolti)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Docenti delle classi coinvolte.</li> </ul>
<b>Altre risorse umane</b> (ATA, esperti esterni, ecc.)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Medici locali e non, dietisti, ASP, AVIS, AIRC, Cooperative locali, ecc.</li> </ul>
<b>Risorse finanziarie</b> (per materiali, strumenti, interventi esterni, ecc.)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Il progetto è gratuito.</li> </ul>
<b>Altro</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Il progetto è inserito nel POF;</li> <li>• 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.</li> </ul>