

Titolo	“Belli Dentro e Belli Fuori ... Mangiando Sano e Corretto”
<p>Tipologia:</p> <p>[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>Finalità</p> <p>“Belli Dentro e Belli Fuori ... Mangiando Sano e Corretto”</p> <p>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 suddetto progetto 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 uno stato di nutrizione ottimale, ma soprattutto per tutelare la salute e garantire la qualità di vita.</p> <ul style="list-style-type: none">• Star bene con se stessi;• Promuovere corretti stili di vita;• Favorire l'acquisizione di corrette abitudini alimentari e l'abbandono di comportamenti errati.• 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>Referenti</p>	<p>Docenti:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Angela Agrippina Testa • Concetta Macedone • Alessandra Scollo
<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 (1e – 2e classi).
<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; • Sviluppare la conoscenza del cibo partendo dai 5 sensi; • 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"> • Superare la diffidenza verso alcuni cibi; • Sviluppare il piacere di assaggiare; • Promuovere atteggiamenti di curiosità e ricerca nei confronti degli alimenti; • Conoscere la piramide alimentare. <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; • 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;

	<ul style="list-style-type: none"> • Confrontare i cibi di ieri e di oggi; • Ricercare e studiare miti, culti, musiche legate agli alimenti.
Attività	<p>I contenuti che verranno presi in esame, nell'intento di attuare il progetto in ogni suo obiettivo educativo-didattico, saranno diversificati per ogni ordine di classi.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Attività di ascolto, narrazioni di racconti, video racconti e canti; • Giochi e lettura di immagini; • Visite guidate presso fattorie didattiche, aziende e consorzi alimentari, laboratori del gusto. • 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>Ogni docente avrà cura di adattare gli argomenti e la metodologia all'età dei partecipanti.</p> <p>Le attività saranno 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, ecc.
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

	<p>stesso tempo, di diversità rispetto alle attività scolastiche tradizionali.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. • La lezione sarà supportata sempre dalle nuove tecnologie perché tutte le aule della scuola sono fornite di LIM e di un congruo numero di Tablet.
Risultati attesi	<p>Lo studente, alla fine del progetto, dovrà essere in grado di:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Affinare le percezioni sensoriali. • Analizzare le proprie abitudini alimentari. Distinguere negli alimenti di uso quotidiano i principi nutritivi. • Saper distinguere gli alimenti in base alla genuinità. Riconoscere i prodotti tradizionali del proprio territorio, le radici storiche, ambientali e sociali che li caratterizzano; • Sviluppare una coscienza al consumo critico; • Acquisire un sereno rapporto con il cibo; • Modificare i comportamenti incongrui presenti nella propria alimentazione • Essere in grado di stilare una giusta dieta
Valutazione in itinere e/o finale	<ul style="list-style-type: none"> • La verifica del progetto sarà effettuata in itinere con l'osservazione diretta per valutare le abitudini alimentari acquisite e la maggiore attenzione posta nei comportamenti corretti; • Verranno effettuate indagini a confronto sul prima e dopo. Le attività svolte saranno documentate con la realizzazione di cartelloni, filmati e foto.
Durata	<ul style="list-style-type: none"> • L'intero progetto avrà durata annuale mese di gennaio a fine maggio. Le attività didattico-educative correlate al progetto saranno svolte all'interno degli spazi scolastici (aule, corridori, mensa, giardino, palestre); • 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.
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, Cooperative locali, ecc.
Risorse finanziarie	<ul style="list-style-type: none"> • L'intervento dell'esperto è a titolo gratuito.

(per materiali, strumenti, interventi esterni, ecc.)	<ul style="list-style-type: none"> • Eventuale materiale di facile consumo.
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.