

PROGETTO ALIMENTAZIONE

Mangio bene...cresco meglio

***PLESSO TERZO LA PIEVE a.s.
2012/ 2013***

***Insegnanti : ALLEGRETTI STEFANIA
BALLOI MAURIZIO
MARTELLI VALENTINA
ROSSI FEDERICA***

PREMESSA

Più che di un progetto, si tratta di un vero e proprio percorso didattico interdisciplinare che rientra a pieno titolo nelle programmazioni secondo i "Nuovi piani di studio personalizzati", dove l'educazione alimentare diventa argomento interdisciplinare importante per l'educazione e l'istruzione degli alunni.

Nella scuola dell'infanzia e nella scuola primaria il bambino acquisisce e struttura atteggiamenti e modelli comportamentali che caratterizzano il suo futuro stile di vita, con riflessi positivi e negativi sulla salute;

pertanto l'educazione alimentare nella scuola si caratterizza come una prevenzione primaria.

L'esigenza di fornire corrette abitudini alimentari ai bambini e ragazzi, percorre trasversalmente famiglie ed istituzioni educative. E' evidente come l'educare ad una sana e corretta alimentazione sia un obiettivo primario e diventi così indispensabile "imparare a mangiare".

Acquisire corrette abitudini alimentari è prima di tutto un fatto di "testa" che coinvolge gli aspetti percettivi e sensoriali e le relative elaborazioni cognitive che ogni individuo compie di tale esperienza; per arrivare alla formazione di idee, convinzioni, preferenze sul cibo e sull'alimentarsi, all'interno di un "contesto culturale" che per il bambino si identifica con il suo ambiente vitale.

Il percorso che ci siamo proposte avrà avvio con un' approfondita analisi, per far sì che i bambini imparino a conoscere non solo le risorse alimentari del nostro territorio, ma soprattutto il valore nutritivo degli alimenti e l'importanza di un'alimentazione varia ed equilibrata. I bambini della scuola dell'infanzia e della scuola primaria faranno diverse esperienze con gli alimenti e le loro "trasformazioni"; ricette e relativi ingredienti per fare dolci, macedonie, spremute...seguendo la stagionalità dei diversi prodotti e usandoli come esperienza diretta per le attività dalle quali partire per l'apprendimento della letto-scrittura e la trattazione di argomenti scientifici.

FINALITA'

Avviare i bambini, attraverso esperienze ludico sensoriali e cognitive, all'assunzione di corrette abitudini alimentari, alla varietà ed al gusto del cibo, trasmettendo nel contempo conoscenze di tipo nutrizionali.

OBIETTIVI FORMATIVI INERENTI IL PROGETTO DI EDUCAZIONE ALIMENTARE

Per gli alunni:

- *Assumere atteggiamenti positivi verso i cibi*
- *Gestire in maniera autonoma la cura della propria persona nell'alimentazione*
- *Valorizzare preferenze, scelte ed il gusto personale*
- *Conoscere i principi di una sana e varia alimentazione ai fini di una crescita equilibrata ed armonica*
- *Diventare consapevoli sulla necessità di seguire e di condividere le principali norme alimentari e di convivenza sociale*
- *Essere disponibili ad apprezzare nuovi gusti*
- *Promuovere un atteggiamento consapevole rispetto le proprie abitudini alimentari individuandone i principali errori*
- *Acquisire conoscenze ed informazioni sull'origine degli alimenti e sulle caratteristiche di alcuni prodotti (biologico, stagionalità, produzione locale)*
- *Assumere un atteggiamento critico nei confronti dei messaggi pubblicitari*
- *Scoprire e valorizzare le tradizioni locali*
- *Promuovere atteggiamenti di curiosità e di apertura verso realtà di tipo multiculturale*

Per i genitori

- *Promuovere iniziative volte a ricercare univoci comportamenti educativi*

Per i docenti

- *Stimolare i genitori, attraverso iniziative di coinvolgimento diretto e indiretto, nella condivisione delle tematiche e dei messaggi nutrizionali proposte dalla scuola.*