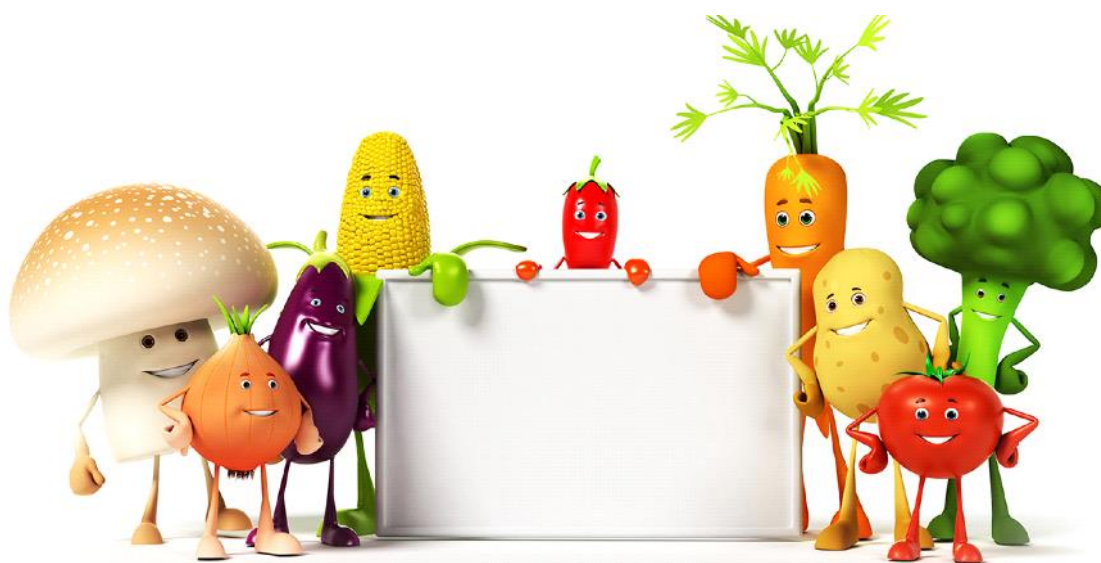


*Scuola dell'infanzia  
paritaria Baby's Palace  
anno scolastico 2021/2022*

***NOI SIAMO CIO' CHE MANGIAMO***



### **PREMESSA**

*L'alimentazione è un bisogno fondamentale dell'uomo. La condivisione del cibo a scuola, in famiglia e nella società, rappresenta una modalità di comunicazione, di contatto con il mondo esterno e di scambio con gli altri. Compito della scuola è quello di accompagnare i bambini nella conquista di*

*un atteggiamento consapevole, positivo verso il cibo e gli alimenti, che consenta loro di capire, di scegliere, di trovare la propria strada e il proprio benessere a tavola. Il progetto costituisce una significativa occasione di crescita e di coinvolgimento di tutto il contesto socio educativo impegnato a promuovere il benessere del bambino mediante esperienze ed iniziative condivise. L'abitudine ad una corretta alimentazione non si limita ad essere una condizione necessaria per ottenere un regolare e sano accrescimento corporeo, ma rappresenta anche una forma d'investimento sul futuro stato di salute dell'adulto, in quanto le cattive abitudini alimentari assunte nella prima infanzia potrebbero perpetuarsi per tutta la vita favorendo il sorgere di patologie (obesità, ecc). Il progetto partirà con un approfondimento conoscitivo degli alimenti e delle loro caratteristiche, per poi passare all'impiego pratico di questi alimenti, che diventeranno INGREDIENTI di squisite ricette tipiche, alcuni dei quali verranno direttamente raccolti nell'orto della scuola. Il progetto ha la finalità di 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. Questo progetto racchiude diversi ambiti che concorrono per il raggiungimento degli obiettivi prefissati. Obiettivo fondamentale della società contemporanea e dell'educazione è saper interagire in modo positivo e costruttivo con le altre persone, attraverso comportamenti significativi che riguardano sia il vissuto personale sia la qualità delle relazioni tra gli esseri umani. Quando parliamo di "vissuto*

*personale" non possiamo escludere la nostra salute e la nostra alimentazione, aspetti della nostra vita carichi di valenze emotive ed affettive. È dimostrato come una corretta alimentazione sia fondamentale non solo per assicurare all'individuo uno stato di nutrizione ottimale, ma anche e soprattutto per tutelare la salute e garantire la qualità di vita. La vita moderna ci lascia sempre meno tempo per rispettare la sana "tradizione" dei nonni, per i quali ritrovarsi a tavola rappresentava una "sosta serena", un riposo dalle fatiche del lavoro. Il diverso approccio al momento del pasto, considerato allora una pausa funzionale per permettere all'organismo di ritrovare energie fresche, consentiva un rapporto più semplice e diretto con il cibo; in altre parole, il nutrirsi era senz'altro più legato ad una necessità pratica. Nel corso del tempo le abitudini dietetiche-alimentari hanno subito profonde modifiche sia in senso qualitativo che quantitativo; esse si sono adattate alle risorse naturali della varie e differenti aree geografiche, al livello culturale della popolazione, alle condizioni socio-economiche ed allo stile di vita ad esse connesso. La stretta unione tra salute ed alimentazione è ormai nota, come è ormai dimostrata la possibilità di prevenire diverse problematiche fisicorelazionali attraverso una dieta corretta. L'importanza di un'adeguata educazione alimentare è evidente. L'attuazione di tale progetto vuole far acquisire abitudini alimentari sane stimolando l'abbandono di comportamenti errati.*



## Obiettivi educativi

- \_ *Condividere un percorso educativo comune*
- \_ *Acquisire, consolidare e sviluppare di comprendere linguaggi verbali e non verbali*
- \_ *Acquisire, consolidare e sviluppare le capacità di comunicare e di esprimersi con diversificati linguaggi*
- \_ *Organizzare, rielaborare ed utilizzare conoscenze acquisite per un saper unitario*
- \_ *Riconoscere le proprie difficoltà e possibilità*
- \_ *Riconoscere le proprie emozioni per controllarle*
- \_ *Essere capace di iniziative, di decisioni e di scelte ragionevoli*
- \_ *Essere disponibili a confrontarsi e a collaborare con gli altri*
- \_ *Accettare e rispettare l'altro, la sua cultura, le sue idee...*
- \_ *Comprendere e condividere le regole e i valori della convivenza civile, sociale e umana*



## Obiettivi didattici

- \_ *Prendere consapevolezza dell'importanza della cura della propria persona*
- \_ *Attivare comportamenti di prevenzione adeguati ai fini della salute nel suo complesso*
- \_ *Avviare ad una gestione autonoma della propria persona*
- \_ *Prendere consapevolezza del ruolo che ha una corretta alimentazione*
- \_ *Conoscere i principi fondamentali di una sana alimentazione ai fini di una crescita armonica ed equilibrata*
- \_ *Conoscere la tipologia degli alimenti, il valore nutrizionale e la funzione di un cibo (carboidrati, proteine, vitamine, legumi, grassi, zuccheri semplici e complessi), la piramide alimentare*
- \_ *Acquisire lo stretto legame tra alimentazione e lo sport*
- \_ *Conoscere l'origine dei differenti cibi*
- \_ *Ampliare la gamma dei cibi assunti, come educazione al*

*gusto*

*\_ Comporre la razione alimentare giornaliera secondo le indicazioni della piramide alimentare*

*\_ Esplorare il mondo dell'alimentazione attraverso i cinque sensi*

*\_ Conoscere alcune caratteristiche degli stati fisici della materia*

*\_ Acquisire conoscenze ed informazioni sull'origine degli alimenti e sulle caratteristiche di alcuni prodotti (prodotto biologico, prodotto stagionale...)*



## **Soggetti coinvolti**

*Il progetto e la sua attuazione è rivolto a tutti gli alunni della Scuola dell'infanzia. Oltre agli alunni saranno responsabili delle proposte didattico-educative tutti i docenti.*



## Metodologia

*L'impostazione metodologica del progetto si basa sullo sviluppo del medesimo contenuto con elaborazioni differenziate per ogni ordine di classi. L'argomento sarà trattato specificatamente nell'area linguistica , scientifica, storica-geografica, artistica-espressiva, religiosa e psicomotoria.*



## Tempi e spazi

*L'intero progetto avrà durata annuale, dal mese di gennaio a fine maggio. Le attività didattico-educative correlate al progetto saranno svolte all'interno degli spazi scolastici*





## Materiali e strumenti

*Per poter attuare le attività si utilizzeranno schede operative, documenti visivi, materiale cartaceo e di facile consumo, strumenti multimediali, libretti esplicativi, semi e piantine da seminare, terriccio, vasi, frutta fresca e in plastica.*



## Documentazione e Valutazione

*Le attività svolte saranno documentate con la realizzazione di cartelloni, filmati e foto. Dopo una iniziale osservazione sulle competenze degli alunni all'interno delle singole classi, si passerà alla valutazione in itinere degli obiettivi e delle abilità acquisite dai singoli alunni e dal gruppo classe con la somministrazione di schede operative, letture e discussioni, lavori di gruppo. Tale valutazione servirà anche per evidenziare "l'andamento" del progetto ed*

*eventualmente attuarne modifiche.*