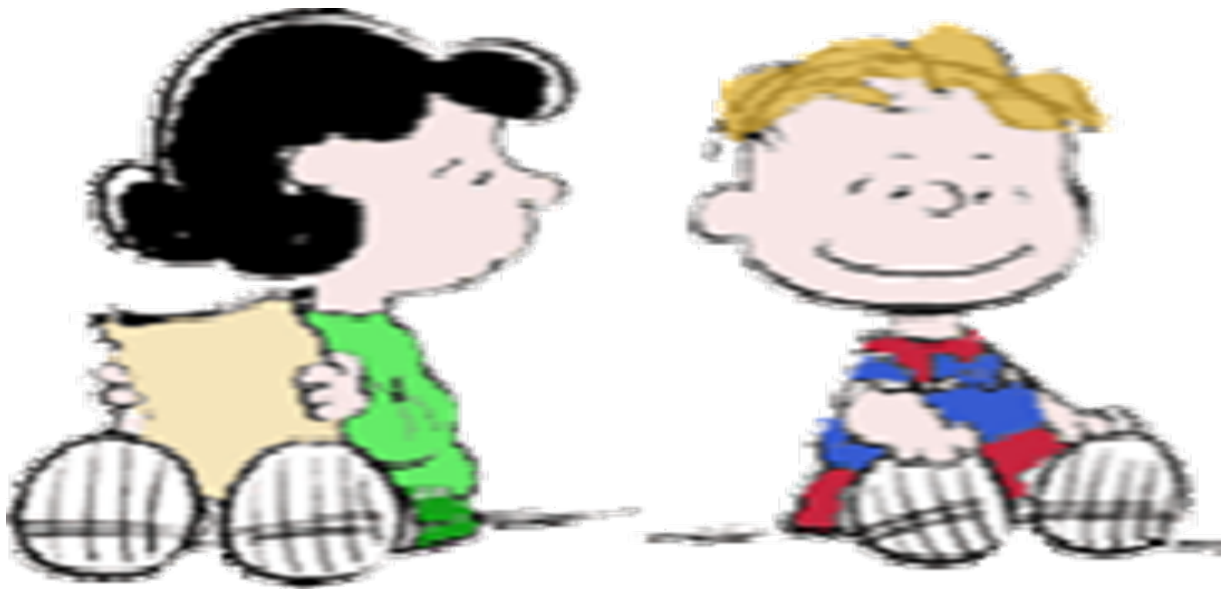


*Istituto Kindergarten*



*Progetto: "NOI SIAMO CIO' CHE MANGIAMO"*

*a.s.2019/2020*

*Classi Quinte*

## **Premessa**

Nella scuola, l'educazione alimentare è un elemento emblematico e trasversale dei curricoli, prospettiva chiave della progettualità formativa volta allo sviluppo di comportamenti consapevoli e responsabili nei confronti dell'ambiente, della persona e della comunità.

In passato la salute era definita in maniera riduttiva: si era in salute se non si era malati.

Il concetto si è evoluto nel tempo e, secondo la dichiarazione dell'OMS del 1978, la salute è: *“una condizione di benessere globale, fisico-psichico e sociale e non soltanto l'assenza di malattia e di infermità”*.

Partendo da questa definizione, il curriculum di Salute ed alimentazione mira, non solo a trasmettere informazioni ma, soprattutto, a far nascere nei bambini la consapevolezza che cambiare abitudini e comportamenti è importante per aiutare se stessi e per creare condizioni di buona salute per tutti.

## **Obiettivi**

- Conoscere e far proprie le regole per un corretto stile alimentare
- Essere consapevoli dell'influenza determinata dall'ambiente circostante sulle scelte alimentari.
- Acquisire un atteggiamento critico nei confronti della pubblicità.
- Saper leggere le etichette dei vari prodotti.
- Conoscere come l'uomo ha soddisfatto e soddisfa il suo bisogno alimentare in rapporto alla storia, alla religione e all'area geografica.
- Conoscere ed assumere i corretti comportamenti per prevenire le malattie più comuni.
- Sviluppare concetti di salute, qualità, consumo consapevole.

## **Attività**

- Lettura e completamento di testi sulla funzione della nutrizione;
- classificazione dei nutrienti;
- lettura e completamento di tabelle sulla funzione dei nutrienti;
- osservazione e completamento con didascalie di illustrazioni dell'apparato digerente;
- ricerca di informazioni su malattie dell'apparato digerente;
- lettura di brani per comprendere il rapporto cibo-salute;
- lettura di testi e domande a risposta aperta sull'alimentazione dei popoli antichi;
- ricerca sulle tradizioni alimentari delle diverse regioni italiane.

## **Metodologia**

- Approccio metacognitivo
- Lavoro di gruppo cooperativo
- Lavoro in coppia
- Gioco di ruolo
- Problem solving
- Peer tutoring
- Didattica laboratoriale

-Brain-storming

### *Contenuti*

- Conoscenza degli organi dell'apparato digerente e la loro funzione.
- Conoscenza dell'importanza di una sana e corretta alimentazione.
- Conoscenza del proprio corpo e dei propri bisogni nutrizionali.
- Conoscenza delle conseguenze di un'alimentazione scorretta.
- Conoscenza della storia dell'alimentazione e di come è cambiata nel corso del tempo.
- Conoscenza l'origine dei differenti cibi.
- Conoscenza della gastronomia locale e dei marchi D.O.P., D.O.C. e I.G.P.

### *Modalità*

Per la realizzazione del progetto si utilizzeranno:

- Aule.
- Sale laboratoriali.
- Sala di informatica.
- Palestra.
- Giardino.

### *Tempi*

Il progetto avrà inizio nel mese di ottobre e si concluderà a maggio.

### *Destinatari*

Tutti gli alunni delle classi V A/B.

### *Conclusione*

Alla fine del percorso, gli alunni dovranno acquisire la visione della salute come un bene determinato da fattori legati alle scelte personali, collettive ed ambientali.