



Asilo Infantile di Chiavari

PROGETTO "W LA PAPPÀ COL POMODORO"
EDUCAZIONE ALIMENTARE

SCUOLA PARITARIA DELL'INFANZIA DELLA TORRE

ANNO SCOLASTICO 2013-2014

Personaggio guida: "Margherita la pizza amica"

INTRODUZIONE

Seguire una corretta alimentazione è di fondamentale importanza per assicurare all'individuo uno stato di nutrizione ottimale, per tutelarne la salute e permettere quindi al corpo di procedere verso uno sviluppo sano ed armonico.

Ormai da tempo la comunità scientifica internazionale ed il Ministero della salute mettono in guardia sul consumo smodato di certi cibi non proprio salutari; ogni giorno, infatti, attirati dalle confezioni accattivanti e dalla "maestosa opera di convincimento" degli spot pubblicitari, acquistiamo bibite gassate, cibi pronti, merendine, dolciumi e quant' altro, tutti prodotti che, oltre che ad apportare all'organismo molte calorie inutili, spesso sono privi di principi nutrienti.

Quando il bambino prende parte alla mensa della Scuola dell' Infanzia per la prima volta, presenta dei gusti specifici già definiti che gli derivano dalle abitudini alimentari della famiglia; è quest'ultima infatti che "getta le basi" per una prima impostazione educativa proponendo abitualmente determinati cibi ed educando così i bambini al loro consumo. Frequentemente, osservando i bambini durante la mensa scolastica o semplicemente discutendo con loro, emergono abitudini, per così dire, poco sane: bambini che non fanno colazione, bambini che basano la loro alimentazione su dolci e snack confezionati ricchi di conservanti, coloranti e grassi. Spesso convincere i bambini a consumare un frutto o uno yogurt in alternativa alle loro abitudini diventa impossibile. Seppure una corretta alimentazione parta dalla famiglia, anche la scuola può avere un ruolo significativo nella gestione di tale questione e facilitare la possibilità che le corrette abitudini si concretizzino in un comportamento duraturo nel tempo.

Oltre a far riflettere i bambini favorendo l' acquisizione di concetti attraverso giochi ed attività pratiche che prevedono la loro partecipazione, è possibile anche coinvolgere i bambini nella preparazione di piatti e di merende salutari, in modo che si sentano protagonisti diretti dell' esperienza.

Le esperienze didattiche saranno volte a condurre i bambini verso la conoscenza delle caratteristiche dei cibi, ad accettare cibi sconosciuti o finora rifiutati, ad affinare il gusto e confrontare i sapori, ad acquisire un corretto comportamento a tavola.

Avviare progetti di educazione alimentare è dunque un' esigenza, in quanto è molto importante favorire lo sviluppo di sani comportamenti riguardo l' alimentazione e l' acquisizione di corretti stili di vita fin dall' infanzia così come acquisire una maggiore consapevolezza del proprio corpo.

TRAGUARDI

- **Sviluppare pratiche corrette di cura di sé, di igiene e di sana alimentazione;**
- **Interiorizzare abitudini corrette a tavola;**
- **Esplorare i materiali a disposizione ed utilizzarli con creatività;**
- **Dimostrarsi curioso, esplorativo, porre domande, discutere, confrontare ipotesi, spiegazioni, soluzioni ed azioni;**
- **Raggruppare ed ordinare secondo criteri diversi;**
- **Confrontare e valutare quantità, utilizzare semplici simboli per registrare;**
- **Acquisire un repertorio linguistico adeguato alle esperienze e agli apprendimenti compiuti nei diversi campi di esperienza;**
- **Raccontare, inventare, ascoltare e comprendere le narrazioni e le letture di storie, filastrocche, proverbi;**
- **Conoscere le caratteristiche del cibo in relazione alla funzione nel corpo;**
- **Esercitare le potenzialità sensoriali;**
- **Orientarsi nell' organizzazione cronologica della giornata scolastica.**

OBIETTIVI

- Manipolare materiali diversi;**
- Utilizzare alcune tecniche creative;**
- Essere consapevoli delle proprie abitudini alimentari;**
- Scoprire l'origine degli alimenti;**
- Associare un alimento al suo produttore;**
- Classificare in base ad un criterio;**
- Registrare e quantificare le informazioni;**
- Imparare parole nuove;**
- Ascoltare, comprendere e memorizzare;**
- Utilizzare i sensi per esplorare un alimento;**
- Discriminare le percezioni;**
- Confrontare i sapori;**
- Percepire la scansione della giornata scolastica.**

METODOLOGIA

Il progetto prevede un percorso di attività e proposte mirate alla conoscenza del mondo alimentare, partendo dalle abitudini quotidiane del bambino, attraverso la:

- scoperta**
- esplorazione**
- sperimentazione.**

TEMPI

Da Ottobre a Maggio

OTTOBRE / NOVEMBRE

- Il grano
- La farina
- La pasta fresca
- I carboidrati e gli zuccheri
- I principi nutritivi (cartellone 4 gruppi alimenti)

GENNAIO / FEBBRAIO

- Le vitamine
- I grassi
- Il cibo e i proverbi

MARZO / APRILE

- Igiene orale
- Le proteine
- La piramide alimentare

APRILE / MAGGIO

- Il viaggio del cibo

UTENTI

Bambini di 4 e 5 anni.

SPAZI

Sezioni e territorio.

ARREDI E MATERIALI

Tavoli da lavoro, libri, riviste e depliant dei supermercati, filastrocche a tema, supporto video.