

AlimentiAMO



Il progetto di Educazione alimentare, così come è stata concepito, risponde pienamente alle finalità espresse nel P.O.F.

della scuola che da anni, all'interno del progetto d'Istituto sullo Sviluppo Sostenibile, attua le seguenti finalità:

- acquisire conoscenze e abilità per modificare atteggiamenti che concorrono alla formazione della persona nell'ottica della sintesi e dell'unitarietà dei saperi necessari alla costruzione del cittadino;
- favorire l'educazione alla salute e al benessere attraverso una sana e corretta alimentazione;
- favorire la comprensione dell'interdipendenza dell'educazione ambientale intesa come conoscenza delle interrelazioni uomo-ambiente, degli interventi umani e delle tradizioni del territorio;

Il progetto “**AlimentiAMO**” persegue le seguenti

Finalità:

- Promuovere l'educazione alimentare come strumento di crescita globale attraverso la pratica di una sana alimentazione.
- Conoscere i principi di una sana e varia alimentazione.
- Tutelare la conservazione dei sapori tradizionali relativi alle varie identità storico-geografiche.
- Acquisire una cultura della genuinità degli alimenti.

Obiettivi

- Conoscere i prodotti tradizionali del proprio territorio, le radici storiche, ambientali e sociali che lo caratterizzano.
- Capire cosa s'intende con il cibo a Km 0, come viene prodotto, da dove proviene e come raggiunge la nostra tavola.
- Conoscere abitudini alimentari di altri Paesi.
- Coinvolgere le famiglie nello scambio di informazioni sociologiche del progetto educativo.
- Individuare la stretta relazione tra l'alimentazione e la salute dell'organismo.
- Individuare la pressione socioculturale esistente sul fenomeno del consumo alimentare.
- Aumentare le conoscenze degli studenti sui principi di una corretta alimentazione.

ATTIVITA'

Proponendosi di educare gli alunni ad una sana e corretta alimentazione, le attività del progetto approfondiranno il tema dell'alimentazione analizzando la conoscenza della grande varietà di

sostanze necessarie al funzionamento del nostro corpo. L'argomento verrà esplorato anche in chiave sociologica poiché i ragazzi utilizzano il cibo come modo per comunicare. Dopo aver evidenziato che la funzione socializzante dell'alimentazione fa sì che si creino stili alimentari propri di determinati gruppi, per contrastare l'utilizzo dei cibi proposti dai modelli culturali statunitensi, si approfondirà lo studio dei cibi attenti alla salute e alla tutela dell'ambiente come legumi, pasta, zuppe, minestrone connotati come cibi non "moderni", fuori moda, caratteristici di popolazioni povere. Si tenderà a sensibilizzare gli alunni al consumo di cibi salutari facendoli divenire testimoni di uno stile di vita sano.

Le attività di tale progetto s'inseriscono appieno nella programmazione didattico-disciplinare dei diversi ordini di scuola con le attività qui di seguito sintetizzate:

Scuola dell'infanzia

- Conversazioni e racconti su esperienze in cucina e in tavola
- Attività di manipolazione e sperimentazione di ricette a scuola.
- Costruzione della piramide alimentare. Costruzione di semplici grafici (istogrammi).
- Elaborazione grafica di ricette.
- La frutta nelle fiabe e nei racconti (la mela di Biancaneve o di Robin Hood, la casetta di Hansel e Gretel).
- Attività di manipolazione del cibo, di semina, di realizzazione dell'orto.
- Verbalizzazioni libere e guidate.
- Questionario di indagine sulle abitudini alimentari e sul gradimento dei cibi.
- Visita a una bio - fattoria per scoprire la produzione e trasformazione di alimenti.

Scuola primaria

- Indagine sulle abitudini alimentari.
- La trasformazione: dal seme al prodotto.
- Produzione in gruppi di brevi storie e filastrocche sul tema.
- Creazione di pagine web da inserire nel sito della scuola.
- Cineforum sul tema " Cinema e cibo".
- Visita alla casa del miele (apicoltura).
- Il funzionamento del proprio corpo e la presa di coscienza dei propri errori alimentari.
- Conoscenza approfondita sugli alimenti e sui principi nutritivi.
- Una mentalità da slow food.

Scuola secondaria di primo grado

Classi prime

- Storia delle abitudini alimentari del territorio ricostruita tramite documenti e testimonianze dirette dei familiari.
- Costruzione di grafici che evidenzino le abitudini alimentari dei ragazzi.

Classi seconde

- L'alimentazione nell'adolescenza. La piaga diffusa dell'obesità analizzata attraverso un'indagine condotta dai ragazzi all'interno della propria famiglia.
- Studio dei principi nutritivi, della piramide alimentare, della dieta mediterranea; calcolo del fabbisogno energetico giornaliero.

Classi terze

- Indagine sui prodotti tipici scomparsi nell'agricoltura locale e riproposizione di ricette tradizionali per far cogliere ai giovani l'importanza del recupero delle colture scomparse.
- Analisi degli ostacoli che hanno impedito la commercializzazione del prodotto sul mercato.