Alimentazione - Istituto

Responsabili progetto
Insegnanti di classe e sezione

Plesso/i di realizzazione
Tutti i plessi

Destinatari del progetto
Tutti gli alunni dell'Istituto

Finalità e obiettivi
Finalità :

- Imparare come il cibo ci nutre
- Imparare i principi corretti d'alimentazione
- Assaggiare cibi nuovi
- Mangiare in modo vario
- Riflettere sui principi nutritivi
- Riflettere sulla varietà del cibo
- Riflettere sul cibo consumato a merenda e in mensa
- Conoscere i principali *errori* e le false credenze riguardo l'alimentazione
- Valorizzare il momento della colazione, come basilare per iniziare in modo sano la giornata
- Scegliere di mangiare in modo vario a pranzo
- Scegliere la varietà nella merenda
- Valorizzare il momento del pasto come occasione importante di socializzazione

Obiettivi misurabili (gli obiettivi sono calati nella programmazione di classe, quindi sono adeguati all'età degli alunni ai quali sono rivolti):

- Conoscere vari tipi di cibo in rapporto con il loro potere nutritivo
- Assaggiare cibi sperimentando sapori nuovi
- Conoscere i diversi tipi di sapore
- Conoscere alcuni alimenti in modo più specifico (ad esempio il latte)
- Conoscere l'apparato digerente
- Saper scegliere cibi adeguati per la colazione, merenda e il pranzo
- Imparare a leggere alcune parti delle etichette di quanto acquistato
- Socializzare e approfondire relazioni durante il pasto

Durata e Fasi di realizzazione
Tutto l'anno scolastico
Condivisione del progetto nelle assemblee di classe/sezione.
Attività di educazione alimentare quotidiana durante il pasto in mensa e la merenda del mattino ("Merenda amica"/"merenda sana").
Attività di scienze
Incontri con esperti
Visite didattiche

Metodologie

Laboratori, studio individuale e a gruppo, ricerca collettiva, lezioni frontali, pasto collettivo con mensa self service o servita.

Eventuali rapporti con altre istituzioni:
Famiglie, Coop, per i laboratori educativi, CIR food per il pasto in aula mensa.

Ore
Non quantificabili

Elenco attività e sottoprogetti che rientrano in questo

Nome attività /progetto	**Scuola e classe/i**	**Responsabile**	**Soggetti esterni coinvolti**
Educazione alimentare a pranzo	Infanzia I Gelsi, Primaria San Francesco	insegnanti di classe e sezione	CIR food
Educazione alimentare	Classi interessate	insegnanti di classe	Coop, CIR
Commissione mensa	tutte	Comune	CIR, Comune, docenti, rappresentanti dei genitori
Merenda della salute e Merenda sana	tutte	insegnanti di classe	Famiglie

Docente che ha compilato
Docenti della commissione