Alimentazione, salute e prevenzione - Istituto

Responsabili progetto
Insegnanti di classe e sezione

Plesso/i di realizzazione
Tutti i plessi

Destinatari del progettoFinalità 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
- stimolare la capacità di analisi, di consapevolezza e confronto
- capacità di aumentare i propri strumenti di protezione rispetto alle prime occasioni di contatto con comportamenti a rischio
- sostenere processi di scelta consapevole

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

Tutti gli alunni dell'Istituto

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, giochi di ruolo.

Eventuali rapporti con altre istituzioni:
Famiglie, Coop, per i laboratori educativi, CIR food per il pasto in aula mensa, AUSL di Reggio Emilia (luoghi di prevenzione); singoli professionisti; operatori dell'associazione Papa Giovanni XXIII.

Ore
Non quantificabili

Elenco attività e sottoprogetti che rientrano in questo

Nome attività /progetto	**Scuola e classe/i**	**Responsabile**	**Soggetti esterni coinvolti**	**Contributo**
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	
attività del nutrizionista per la corretta alimentazione	sc. secondaria classi seconde	Ferri Chiara	nutrizionista	18 ore. Contributo volontario genitori
attività del nutrizionista per la prevenzione dei disturbi alimentari	sc. secondaria classi terze		nutrizionista	18 ore. Contributo volontario genitori
attività con i docenti di scienze, tecnologia, lettere	classi seconde			
attività con i docenti di scienze, ed.motoria, lettere	classi terze			
attività con la nutrizionista	classi quarte dei plessi delle primarie	Insegnanti di quarta	Nutrizionista Elena Vecchi e CEAS	Gratuito
LIBERI, prevenzione	Tutti gli alunni delle	Insegnanti di	AUSL di Reggio Emilia	Gratuito

alle dipendenze	classi seconde e terze	matematica e scienze	(luoghi di prevenzione); singoli professionisti; operatori dell'associazione Papa Giovanni XXIII	

Docente che ha compilato

Docenti della commissione