



Scuola Paritaria Santa Teresa  
A.S. 2020-2021

Progetto di educazione alimentare

Scuola dell'Infanzia - Quattro anni -

**UN VIAGGIO  
TRA CONOSCENZA  
E GUSTO.**



## **PREMESSA**

**A seguito delle direttive dettate dal Comitato Tecnico Scientifico riguardo l'insegnamento della Educazione fisica, Educazione motoria ed attività connesse, per quest'anno scolastico 2020/2021 le attività di propedeutica alla scherma per la Scuola dell'Infanzia e di scherma per la Scuola primaria saranno svolte, quando il tempo lo permette, nel giardino della Scuola, rispettando tutte le regole del piano anti covid; in caso di maltempo i bambini seguiranno progetti alternativi programmati dal maestro Matteo e dalle maestre della Scuola.**

**Quindi a seguito di queste direttive viene modificato il progetto di propedeutica alla scherma come di seguito riportato:**

Questo progetto nasce da una riflessione condotta dal nostro team docenti sullo stile alimentare dei nostri alunni. Molto spesso i bambini prediligono alimenti che non presentano nessuna caratteristica nutrizionale adeguata, rifiutando spesso quelli, come frutta e verdura che sono indispensabili per una corretta e sana crescita. Per questo, noi docenti abbiamo previsto un approfondimento della tematica sull'alimentazione prevedendo un percorso curricolare che ci accompagnerà tutto l'arco dell'anno e sarà spunto di riflessione per un cambiamento delle abitudini alimentari poco corrette. Una sana alimentazione permette al nostro fisico di svilupparsi al meglio regalando forza ed energia, ma è anche un'abitudine che deve diventare patrimonio culturale di ognuno di noi. Il nostro corpo ha bisogno di alcuni alimenti per svilupparsi in modo sano e per questo i nostri alunni saranno condotti alla conoscenza dei ritmi della natura, della produzione degli alimenti, della loro trasformazione, delle proprietà contenute nei vari cibi. Le attività proposte ai nostri alunni saranno per questo improntate sul gioco inteso come piacere di conoscere i cibi e soprattutto quelli che permettono una crescita sana, prevedendo momenti coinvolgenti, che abituino li ad una sana alimentazione, senza stravolgere la loro vita o peggio senza forzature deleterie. Il cibo e il gusto rappresentano fattori personalissimi che non possono diventare obblighi da parte degli adulti, ma diventare esperienze emozionali, che creino benessere. Si partirà dai bisogni e dalle abitudini acquisite da parte dei bambini e via via si organizzeranno occasioni quotidiane nelle quali saranno coinvolti nella conoscenza specifica degli alimenti, della loro importanza nutritiva della loro provenienza e nel loro inserimento nella quotidianità dietetica. Si pensi soprattutto all'assenza, molto spesso, della frutta e della verdura nella loro alimentazione, quindi si creeranno spunti per abituare i piccoli al loro consumo.

## **FINALITA'**

E' bene sollecitare i bambini sin dalla più tenera età ad acquisire le buone abitudini alimentari e a riflettere sul fatto che un'alimentazione sana e varia crea benessere psicofisico allontanando quelle situazioni di malattia che spesso si associano alla malnutrizione.

Abbiamo costruito il nostro progetto, trasversale ai campi di esperienza, improntandolo sul piacere di conoscere e manipolare alimenti.

## **DESTINATARI:**

I bambini e le bambine della 2° sezione della scuola dell'infanzia.

## CAMPI DI ESPERIENZA COINVOLTI:

- ✚ Il sè e l'altro
- ✚ Il corpo e il movimento
- ✚ Linguaggi, creatività ed espressione
- ✚ I discorsi e le parole
- ✚ La conoscenza del mondo

## OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO:

- ✚ **Il sè e l'altro**
  - Comprendere le relazioni fra habitat e vita vegetale e animale
  - Conoscere la varietà vegetale come dono della natura
- ✚ **Corpo e movimento**
  - Osservare le varie specie alimentari con i cinque sensi
  - Rispettare le fondamentali norme igieniche Conoscere il viaggio del cibo
  - Conoscere le parti del corpo coinvolte nell'alimentazione
- ✚ **Linguaggi, creatività ed espressione**
  - Rappresentare in maniera iconica gli alimenti conosciuti
  - Descrivere graficamente le varie fasi della trasformazione di alcuni cibi (l'uva, l'arancia, etc.)
  - Manipolare materiali diversificati
- ✚ **I discorsi e le parole**
  - Partecipare alle conversazioni di gruppo Memorizzare canti, poesie e filastrocche
  - Ascoltare storie a tema e saperle drammatizzare
  - Denominare correttamente i nomi degli alimenti conosciuti
- ✚ **La conoscenza del mondo**
  - Cogliere il senso del tempo e della ciclicità anche in relazione ai frutti della natura
  - Osservare e descrivere i vari frutti e cibi e le loro caratteristiche nutrizionali (vitamine-proteine-grassi-carboidrati)
  - Scoprire relazioni fra i vari cibi e la loro provenienza
  - Conoscere la funzione dei cibi conosciuti
  - Individuare i vari ingredienti che compongono alcuni alimenti
  - Eseguire semplici classificazioni
  - Conoscere la piramide alimentare

Il percorso formativo di questo progetto prevede tre fasi articolate in U.A., che permetteranno ai bambini di pervenire a quelle conoscenze di base relative ad una corretta alimentazione e all'acquisizione di maggiore autonomia nelle pratiche igieniche quotidiane. Il percorso sarà di tipo laboratoriale ed incentrato su attività motivanti e coinvolgenti, che educeranno i bambini a dare valore al cibo e al rapporto che si ha con esso. Tutte le attività saranno svolte in orario curricolare.

1° U.A.- I SAPORI DEL "TEMPO"(approccio alla ciclicità delle stagioni e ai relativi prodotti)

2° U.A.- BUONO, BUONISSIMO, ANZI SQUISITO (viaggio tra gli alimenti per una sana crescita, in particolare, frutta e verdura)

3° U.A.- MANGIO SANO, CRESCO BENE (il corpo in crescita)



## **METODOLOGIA**

La metodologia adottata sarà incentrata sulla curiosità ed interesse di ciascun bambino. Saranno previste esperienze sensoriali, in considerazione del fatto che i nostri sensi rappresentano il canale privilegiato di conoscenza, soprattutto in ambito alimentare.

## **TEMPI**

Il percorso educativo didattico si svolgerà da ottobre a giugno

## **MATERIALE-SUSSIDI-ATTREZZATURE**

Depliant pubblicitari riviste

Cartoncini colorati

Colla

Carta crespata

Carta velina

Pennarelli

Pastelli Tempere

Pennelli Spugne

Risme fogli A3-A4

Spillatrice

Materiale amorfo(plastilina-das-farina)

Materiale alimentare facilmente reperibile e di uso comune Attrezzature da cucina

Cd rom....

## **MODALITA' DI DOCUMENTAZIONE**

Le attività saranno documentate con gli elaborati dei bambini, in forma cartacea

## **MODALITA' DI VERIFICA**

La verifica avverrà attraverso l'osservazione diretta degli alunni in relazione alla loro partecipazione, alle ipotesi formulate, alla rilevazione di conoscenze e competenze, alla capacità di risoluzione dei vari problemi posti.

## **RISORSE UMANE**

Maestro Matteo Filippeschi e le insegnanti della seconda sezione



