

Progetto educazione alimentare

Premessa

La scuola è , con la famiglia ,l'agenzia educativa privilegiata per attuare azioni complete e precoci in tema di educazione alimentare .

Nella scuola è per questo necessario predisporre un percorso educativo che attraverso la conoscenza SAPERE induca ad acquisire competenze e nuovi comportamenti SAPER FARE .

Occorre mettere in campo interventi precoci al fine di sviluppare nelle nuove generazioni ,l'attenzione verso i fattori ed i comportamenti dai quali dipendono il benessere di ciascuno e di tutti .

Finalità

- Educare le nuove generazioni ad un uso corretto e consapevole delle risorse della terra
- Favorire modelli di consumo sostenibile nell'ottica della" lotta" allo spreco
- Valorizzare il ruolo del cibo nella società come elemento di trasmissione di saperi e di identità sociale
- Promuovere stili di vita adeguati per produrre e/o mantenere sane abitudini alimentari .
- Promuovere scelte alimentari consapevoli che tengano conto dei gusti di ciascuno
- Riappropriarsi dei prodotti tipici del proprio territorio
- Creare una relazione tra mondo della scuola e mondo della produzione finalizzata anche all'orientamento scolastico e/o lavorativo .

Obiettivi formativi e didattici

- Conoscere i 5 colori della salute e la piramide alimentare
- Analizzare e riflettere sulle proprie abitudini alimentari

- Modificare o migliorare le scelte del cibo
- Riconoscere importanza e funzione dei vari alimenti attraverso la loro storia (grano,olio,latte ,...)
- Allenare i bambini a provare i gusti di cibi diversi
- Favorire una valutazione attenta della pubblicità e delle notizie fornite sulla alimentazione
- Imparare a leggere le etichette
- Conoscere gli effetti di un'alimentazione eccessiva o insufficiente
- Conoscere la varie patologie legate all'alimentazione:
obesità,diabete,celiachia
- Conoscere le varie diete in uso al fine di indirizzare le scelte e prevenire il loro abuso
- Imparare a problematizzare immagini di corporeità femminile e maschile veicolate dai media

Metodologia

- Usare giochi interattivi nelle scuole primarie
- Utilizzare il brain storming
- Problematizzare al fine di indirizzare e modificare i comportamenti
- Lavorare sulle abitudini alimentari familiari
- Interagire con il territorio:punto di vista storico ed agricolo
- Attivare semplici laboratori multisensoriali (graduati secondo al classe di appartenenza)

