

Progetto educativo/didattico annuale di educazione ambientale e alla salute per le classi 4° e 5° della scuola primaria G. Giusti

L'alimentazione è uno strumento essenziale che contribuisce al mantenimento di un ottimale stato di salute pertanto l'azione educativa può favorire il recupero dei principi di una sana alimentazione e di una buona cultura del cibo. Il progetto intende riportare l'attenzione dei bambini sui rischi della salute derivanti da un'alimentazione sbagliata e guidarli al piacere di conoscere cibi, gusti e sapori nuovi.

Finalità

Diffondere i principi dell'educazione alimentare e guidare gli alunni in un percorso verso l'acquisizione di un atteggiamento più consapevole e responsabile nei confronti dell'alimentazione.

Considerare il cibo come elemento di unione tra culture diverse

Migliorare la sinergia scuola-famiglia nell'intervento educativo sulle sane abitudini alimentari

Destinatari

Alunni, insegnanti e famiglie delle classi quarte e quinte della scuola Primaria G. Giusti

Tempi e articolazione oraria

Biennio 2023-2025

L'orario della mensa sarà il seguente:

lunedì per le classi quarte dalle 12,30 alle 13,30

martedì per le classi quinte dalle 12,30 alle 13,30

Obiettivi

Analizzare le proprie abitudini alimentari

Conoscere la tipologia e le proprietà di alcuni alimenti

Conoscere la composizione nutritiva dei cibi preferiti

Ripartire le abitudini dei bambini alla piramide alimentare e alla sostenibilità

Conoscere meglio il territorio di appartenenza e i prodotti tipici e a quali tradizioni si rifanno

Conoscere il funzionamento e la mission di responsabilità sociale delle aziende che operano nel territorio

Conoscere e comprendere le tradizioni alimentari come elementi di identità culturale delle comunità sociali

Cogliere la relazione tra coltivazioni, cibo, salute e ambiente (alimenti biologici e coltivati rispettando i diritti umani, stagionalità e vegetali, alimenti a km 0, riciclo e raccolta differenziata)

Attività ed esperienze

Indagini statistiche sui gusti e sulle preferenze alimentari (classificazioni, tabulazione dati, tabelle, diagrammi di flusso, calcolo di percentuali, utilizzo di unità di misura)

Studio e comprensione della piramide alimentare e conoscenza della dieta mediterranea e dei cibi provenienti da altre culture

Decalogo di un corretto comportamento a tavola

Progettazione, realizzazione e coltivazione di un orto didattico

Lettura, comprensione e produzione degli spot pubblicitari

Laboratorio delle etichette

Percorso sensoriale sui cibi

Realizzazione digitale di un ricettario che attinga alle diverse tradizioni culturali

Realizzazione di un orto didattico

Interviste ai familiari sulle abitudini alimentari e sulle ricette del passato a confronto con le attuali. Contenuti

Promozione di uno stile alimentare responsabile e sostenibile per l'ambiente e la salute della collettività

Comprensione del sistema agro-alimentare e dei sistemi economici e produttivi che stanno alla base del mercato alimentare

Conoscenza e comprensione della piramide alimentare transculturale

Conoscenza della corretta distribuzione del fabbisogno alimentare nell'arco della giornata

Conoscenza del rapporto tra cibo e corpo umano

Coinvolgimento dei familiari sulle ricette del passato

PROGETTO "ANTICHE RICETTE": le classi 5°G.Giusti-S.Angelo/S.Donato partecipano al progetto "Antiche ricette" promosso dal Comune di Lucca in collaborazione con la Del Monte Ristorazione.