



Mangiando s'impara!

DESTINATARI

Classi quarte e quinte delle scuole primarie di Nichelino. Il numero massimo di classi coinvolgibili è pari a 8.

SEDE DI SVOLGIMENTO

La proposta si realizza presso gli spazi dell'Istituto aderente al progetto, preferibilmente nell'aula sede di svolgimento delle lezioni ordinarie della singola classe.

DURATA

La proposta prevede un incontro a classe della durata di 2 ore. L'orario può essere concordato in relazione alle esigenze dell'Istituto e alla disponibilità dell'esperta.

PERIODO

L'incontro può essere svolto in qualsiasi periodo dell'anno compreso tra i mesi che vanno da novembre a maggio.

OBIETTIVI

Gli obiettivi dell'incontro sono:

- Introdurre e sviluppare la conoscenza della funzione dei diversi nutrienti e riconoscere i principali gruppi alimentari e la piramide alimentare
- Stimolare il pensiero critico su come l'alimentazione influisca sull'energia, sulla crescita e sulla prevenzione di malattie
- Sviluppare e promuovere un atteggiamento critico verso il consumo consapevole degli alimenti per fare scelte alimentari più sane attraverso una corretta alimentazione
- Favorire la condivisione di esperienze e abitudini alimentari tra pari

DESCRIZIONE ATTIVITA'

Le attività del progetto si sviluppano in modo progressivo, alternando momenti teorici a laboratori pratici e creativi, così da coinvolgere attivamente i bambini e facilitare l'apprendimento attraverso l'esperienza diretta.

Si comincia con un'attività introduttiva in cui gli alunni sono invitati a osservare e classificare una serie di immagini raffiguranti diversi alimenti. L'obiettivo è imparare a riconoscere l'origine dei cibi che consumano quotidianamente, distinguendo tra prodotti di origine vegetale, animale e industriale.

Successivamente, si passa ad un'attività sulla piramide alimentare consentendo la comprensione visiva del concetto di equilibrio alimentare, imparando quali cibi andrebbero consumati quotidianamente e quali, invece, solo in modo occasionale.

Per rendere più personale e concreta la riflessione, si propone agli studenti un dibattito sulle abitudini alimentari quotidiane di ciascuno con l'obiettivo di creare un confronto tra

pari per riflettere in modo non giudicante su ciò che può essere migliorato, sottolineando allo stesso tempo le buone abitudini già presenti.

In conclusione, si prevede un'attività in cui gli studenti creano un piano alimentare personalizzato per promuovere la scelta di cibi di qualità e funzionali alle esigenze individuali in relazione alle necessità energetiche quotidiane per favorire la prevenzione e la tutela della salute.

METODOLOGIA

Utilizzando una combinazione di diverse metodologie e attività, si cerca di creare un ambiente di apprendimento dinamico e coinvolgente che favorisca la comprensione e la consapevolezza dei temi trattati. Nello specifico si implementano discussioni guidate (incoraggiando gli studenti a condividere le proprie opinioni, esperienze e punti di vista, tramite l'utilizzo di domande aperte volte a favorire un dialogo costruttivo), attività di gruppo (dividendo gli studenti in piccoli team per lavorare insieme su compiti specifici, come l'analisi di casi di studio o la pianificazione di azioni, promuovendo la collaborazione e il pensiero critico), analisi multimediali (utilizzando materiali come video, articoli di giornale, immagini o podcast per ragionare su casi reali), attività creative (invitando i partecipanti a esprimere le proprie idee e opinioni attraverso il disegno, la scrittura creativa approfondendo la loro comprensione dei temi trattati).

STRUMENTI/MATERIALI

Occorre che all'interno dell'aula sia presente un video-proiettore con cui condividere le slides con gli studenti ed un impianto audio che consenta la riproduzione di alcuni video.

UFFICIO COMUNALE E ASSESSORATO DI COMPETENZA

Ufficio Cultura, Sport, Turismo ed Eventi – Via del Pascolo, 13/A – 10042 Nichelino
Tel. 01168191 – culturali@comune.nichelino.to.it

SOGGETTO REALIZZATORE

E.N.D.A.S. PIEMONTE ETS APS

Via Assarotti 3, 10122 Torino

379/2677209 (Andrea Scarselli - Psicologa del Lavoro)

progettazione@endaspiemonte.it

in collaborazione con la Dott.ssa Asja Rossi

MODALITA' DI ISCRIZIONE

Per le iscrizioni, i referenti delle classi dovranno contattare direttamente la responsabile del progetto Andrea Scarselli inviando una mail a progettazione@endaspiemonte.it