



SCUOLA DELL'INFANZIA e Sez. PRIMAVERA "*S. Lucia Filippini*"

Via Cenobio Basiliano,18 73028 **Otranto** (LE) Tel. 0836 801422

Email: info@maestrefilippiniotranto.it

Email: pontific9@istitutomaestrepie.191.it

Sito: www.maestrefilippiniotranto.it

SIAMO CIO' CHE MANGIAMO: VERSO UN'ALIMENTAZIONE SOSTENIBILE A.S.2021/2022



PREMESSA

In continuità con il progetto dell'anno precedente sul rispetto dell'ambiente proposto dall'enciclica di Papa Francesco, ci sembra opportuno e doveroso far luce su una questione importante e scottante allo stesso tempo: la necessità di un'alimentazione sostenibile.

Un' **alimentazione sostenibile** prevede il consumo di cibo sano a livello nutrizionale, ma con un basso impatto ambientale, un uso moderato di risorse idriche, basse emissioni di carbonio e azoto, attento alla biodiversità e all'ecosistema, ricco dunque di cibi locali e tradizionali, equo e accessibile a tutti. Argomento arduo e complicato ma non per questo impossibile da trasmettere già dalla più tenera età.

L'alimentazione è diventata uno dei problemi della moderna società. L'educazione alimentare è particolarmente importante a partire dall'asilo nido in quando il bambino lascia la cerchia protetta dell'ambiente familiare, con le sue abitudini alimentari e le sue relazioni affettive ed entra nel più vasto ambiente scolastico nel quale sperimenta per la prima volta l'approccio al cibo insieme a coetanei e senza genitori.

Per questo motivo occorre creare un ambiente rassicurante a livello emotivo, ma al tempo stesso stimolante. MANGIARE non è quindi solo la soddisfazione di un bisogno primario ma è un atto che assume una forte valenza psicologica e relazionale.

I cibi, grazie alle loro proprietà stimolano tutti i sensi ... sono colorati, saporiti e profumati hanno svariate consistenze a seconda che siano crudi o cotti. Ma occorre anche sapere da dove provengono e come sono prodotti...

Questo progetto prende come riferimento "L'Agenda 2030" per lo Sviluppo Sostenibile, un programma d'azione per le persone, il pianeta e la prosperità sottoscritto nel settembre 2015 dai governi dei 193 Paesi membri dell'ONU. Questo programma si pone diciassette obiettivi per lo Sviluppo Sostenibile: una sorta di guida per il mondo sulla strada da percorrere nell'arco dei prossimi 15 anni: i Paesi, infatti, si sono impegnati a raggiungerli entro il 2030 e rappresentano obiettivi comuni su un insieme di questioni importanti per lo sviluppo: la lotta alla povertà, l'eliminazione della fame e il contrasto al cambiamento climatico, per citarne solo alcuni. 'Obiettivi comuni' vuol dire che essi riguardano tutti i Paesi e tutti gli individui: nessuno ne è escluso, né deve essere lasciato indietro lungo il cammino necessario per portare il mondo sulla strada della sostenibilità.

La consapevolezza che proprio in età scolare si impostino e consolidino le abitudini alimentari del bambino, impone alla scuola l'assunzione di un ruolo determinante quale agenzia formativa anche in questo settore. Inoltre, essa può assolvere il delicato ed emergente compito di educare e guidare non solo gli allievi ma anche le famiglie e la collettività. Scopo primario deve essere la realizzazione e la diffusione di un processo di recupero di corrette abitudini alimentari, per contribuire allo sviluppo di uno stile alimentare salutare, legato alle tradizioni culturali e culinarie del territorio, attraverso la riappropriazione del patrimonio alimentare regionale e nazionale.

DESTINATARI

Destinatari del progetto sono tutti i bambini della Scuola dell'infanzia e della Sezione Primavera.

STRUTTURE

- Aule
- Atrio
- Laboratori
- Giardino

ATTIVITA'

- manuali / artistico espressive
- Questionari / racconti /verbalizzazioni
- Cartelloni/ schede/ video proiezioni

CAMPI DI ESPERIENZA COINVOLTI (per la scuola dell'infanzia)

1. **IL SÉ E L'ALTRO:** Le grandi domande, il senso morale, il vivere insieme... Il bambino da un nome alle proprie emozioni, comincia a interagire con gli altri e comincia a percepire la propria identità. **Indurre il bambino a chiedersi se la propria alimentazione è corretta.**

*Nucleo fondante: GIOCO- RELAZIONE- AUTONOMIA- IDENTITÀ
COMUNICAZIONE COOPERAZIONE – CONFRONTO – CITTADINANZA –
REGOLE.*

2. **IL CORPO E IL MOVIMENTO:** Identità, autonomia, salute. “I bambini giocano con il loro corpo, comunicano, si esprimono con la mimica, si travestono, si mettono alla prova, anche in questi modi percepiscono la completezza del proprio sé, consolidando autonomia e sicurezza emotiva”.

Siamo ciò che mangiamo e come mangiamo.

Nucleo fondante: CORPO VISSUTO-CORPO RAPPRESENTATO.

3. **IMMAGINI, SUONI, COLORI:** Gestualità, arte, musica, multimedialità. “I bambini esprimono pensieri ed emozioni con immaginazione e creatività: l’arte orienta questa propensione, educando al piacere del bello e al sentire estetico. L’esplorazione dei materiali a disposizione consente di vivere le prime esperienze artistiche, che sono in grado di stimolare la creatività e contagiare altri apprendimenti. I linguaggi a disposizione. **Alimentazione è anche arte e creatività, musica e mani in pasta!**

Nucleo fondante: CREATIVITÀ- CURIOSITÀ.

4. **I DISCORSI E LE PAROLE:** Comunicazione, lingua, cultura. I bambini imparano ad ascoltare storie e racconti, dialogano con adulti e compagni, giocano con la lingua che usano. Provano il piacere di comunicare, si cimentano con l’esplorazione della lingua scritta. **Verbalizzare, secondo le proprie capacità, ciò che mangiamo e ciò che ci fa bene.**

*Nucleo fondante: PRODUZIONE- ASCOLTO e COMPRENSIONE- CREATIVITÀ
TEMPO.*

5. **LA CONOSCENZA DEL MONDO:** Ordine, misura, spazio, tempo, natura. I bambini elaborano la prima organizzazione fisica del mondo esterno attraverso attività concrete che portano la loro attenzione sui diversi aspetti della realtà. **L’alimentazione nel mondo, organizzazione e necessità di vivere in un pianeta sano che produca cibo sano.**

*Nucleo fondante: OSSERVAZIONE- ORDINE- TEMPO- SPAZIO- CURIOSITÀ –
SIMBOLIZZAZIONE.*

Programmazione specifica sezione primavera

OBIETTIVI

Gli obiettivi che ci poniamo di raggiungere mediante la proposta di questo tema specifico, oltre che un globale sviluppo psico-fisico dei bambini, sono:

- Proporre una vasta gamma di sapori, colori e odori
- Utilizzare i sensi per ampliare le conoscenze e competenze dei bambini anche nel campo dell’alimentazione (caldo-freddo, dolce e amaro, ecc.)

- Compiere diverse azioni sul cibo (toccare, portare alla bocca, schiacciare) stimolando così anche la conquista dell'autonomia
- Avvicinare i bambini ad alimenti come frutta e verdura
- Interiorizzare semplici regole legate al pasto (lavarsi le mani, mettersi la bavaglia, stare seduti)
- Sviluppare una relazione positiva con l'adulto ed i coetanei al momento del pasto favorendo anche lo sviluppo del linguaggio.

METODOLOGIA E LABORATORI

Abbiamo privilegiato l'asse del gioco e i laboratori come esperienza, perché giocare insieme, come mangiare insieme, è una grande occasione per sentirsi rassicurati e accolti, per pensarsi come soggetti ricchi di idee, emozioni ed esperienze.

Utilizzeremo come filo conduttore per questo percorso dei pupazzi a forma di verdura e frutta (carota, fragola, pomodoro ecc.) che presenteranno ai bambini le varie verdure e frutta che andremo a conoscere.

Inoltre, accompagnerà i bambini ai laboratori e alle uscite didattiche in programma (se possibili causa covid)

Il tema guida, attraverso cui si articoleranno le varie attività legate al progetto, saranno le Stagioni.

AUTUNNO (ottobre e novembre)

Alimenti disponibili e utilizzati per la nostra proposta didattica:

Frutta e verdura fresche di stagione

I laboratori

Piccoli scoiattoli: manipolazione e travasi di noci, castagne, arachidi e pigne.

Pannello sensoriale alimentare: il pannello sensoriale è costituito da una svariata gamma di materiali che ne compongono la superficie. Il bambino ha libero accesso al pannello e può verificare le diverse sensazioni al tatto provocate dai materiali.

Laboratorio sensoriale con le foglie: durante le uscite in giardino, muniti di cestini, i bambini raccoglieranno le foglie cadute dagli alberi che diverranno in seguito materiale espressivo per tante "creazioni".

INVERNO (dicembre, gennaio e febbraio)

Alimenti disponibili e utilizzati per la proposta didattica:

Frutta e verdura fresche di stagione, farine varie.

I laboratori

Al mulino ci s'infarina! Attività di manipolazione e travaso con diverse tipologie di farina, dalla classica bianca a quella di mais fino a quella di castagne (buona anche per l'assaggio!).

Timbri con le verdure è la più celebre invenzione di Bruno Munari. Che immagine viene fuori se sezioniamo una piantina di lattuga e ne usiamo il gambo come timbro? Basta incominciare a sezionare e timbrare sedano, cipolle, peperoni, finocchi, cavoletti, pomodori, mele etc.

La cassetta degli “attrezzi”: alla scoperta delle stoviglie e degli oggetti che apparecchiavano la tavola e che utilizziamo per mangiare.

La spremuta degli agrumi: un percorso sensoriale volto alla scoperta dell’arancia, pompelmo e limone, i loro profumi, i sapori e le loro consistenze.

Assaggio di varie tisane: finocchio, frutti rossi, the alla menta.

PRIMAVERA (marzo, aprile, maggio)

Alimenti disponibili e utilizzati per la proposta didattica:

Frutta e verdura fresche di stagione

I laboratori

I piccoli Arcimboldo: attività grafico – pittorica ispirata al famoso artista che utilizzava frutta e verdura per “creare” i suoi ritratti. I bambini utilizzeranno tali alimenti come materiale espressivo. Sulla tavolozza diversi alimenti per colorare.

Il sacchetto degli aromi: scoperta olfattiva di basilico, salvia, rosmarino, timo, maggiorana, lavanda ecc. Inoltre, metteremo a disposizione dei bimbi il cesto degli odori e delle spezie fornito di barattolini all’interno dei quali si potrà riconoscere il profumo di una spezia.

La prova del cuoco: manipolazione di pasta di pane, impasto molto malleabile e plasmabile che i bambini gradiscono molto, finalizzata alla preparazione di una soffice pizza. E non solo ... i bimbi si cimenteranno nella preparazione di biscotti e marmellata.

Acquarelli alimentari: con i colori naturali (a partire da quelli estratti dai ravanelli, spinaci, zafferano, barbabietola)

ESTATE (giugno)

Alimenti disponibili e utilizzati per la proposta didattica:

Frutta e verdura fresche di stagione

I laboratori

Glu glu glu: magiche bolle e giochi d’acqua colorata in giardino.

Ciccio pasticcio: manipolazione di panna montata, budino, le gelatine colorate.

Prepariamo macedonie e spiedini di frutta.

Seminiamo un orto a scuola con le piante aromatiche del periodo primaverile. I bambini giocheranno con la terra e planteremo piccole piantine

VALORIZZAZIONE DEL GIOCO SIMBOLICO NELL’ANGOLO CASETTA: allestito in un angolo del salone vi sono presenti la cucina a disposizione per il gioco libero dei bambini con vari suppellettili per favorire così giochi di imitazione e di ruolo.

Questo spazio avrà una ulteriore valorizzazione con l'utilizzo di frutta e verdura "vere" nel corso dell'anno

RISORSE UMANE COINVOLTE

- ALUNNI (infanzia e primavera)
- DOCENTI
- COLLABORATORI SCOLASTICI
- ASSISTENTI
- CUOCHI

VERIFICA

- Dialoghi
- lavoro di gruppo,
- Sperimentazione,
- Laboratori,
- Giochi cooperativi,
- Attività manuali
- Videoproiezioni
- Griglie di valutazione