

PROGETTO EDUCAZIONE ALIMENTARE

L'educazione alimentare si configura come un importante tassello dell'educazione alla salute.

Risulta fondamentale acquisire corrette abitudini alimentari fin dalla prima infanzia, in quanto un positivo approccio con il cibo getta le basi per un futuro di vita armonioso.

Questo progetto nasce dalla necessità di avvicinare i piccoli al tema del mangiare sano, i piccoli saranno accompagnati in vari percorsi didattici che andranno a stimolare la scoperta dei cibi, i sapori, i colori, gli odori della frutta e delle verdure, mediante esperienze sensoriali attraverso il gusto, la vista, l'olfatto, il tatto.

OBIETTIVI:

- Educare ad una sana alimentazione, presupposto indispensabile per un sano stile di vita;
- Introdurre gradualmente, ma costantemente, nell'alimentazione dei bambini frutta, yogurt e verdura (spesso purtroppo sostituiti da merendine e cibi confezionati).

METODOLOGIA:

- Breve formazione degli insegnanti sui colori e principi nutritivi di frutta e verdura;
- Percorso personalizzato all'interno di ogni classe in relazione ai bisogni dei propri alunni;
- Attività collettive come, ad esempio, portare la stessa sana merenda (preparazione di un calendario settimanale) e organizzare a mensa dei giorni con cibi particolari (es: il giorno giallo con frutta e verdura a tema, il giorno rosso, il giorno verde,...).

DESTINATARI:

Tutti gli alunni dell'istituto, sia quelli della scuola dell'Infanzia che quelli della scuola Primaria.

TEMPI:

Il progetto ha la durata di tre anni, 2018-2021.

