



le BUONE Abitudini

DESPAR 
NORDEST

REPORT



9 CITTÀ

FERRARA
GORIZIA
PADOVA

VENEZIA
VERONA
VICENZA

TRENTO
TREVISO
UDINE

37 COMUNI

89 ISTITUTI
SCOLASTICI

10.145 STUDENTI

441 CLASSI

230 INSEGNANTI

441 PERCORSI

135 AROMATICHE SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE

112 VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI

110 CEREALI INTEGRALI: 12 DONI DELLA NATURA

84 LEGUMI: PROTEINE VEGETALI

182 ATTIVITÀ DI
SUPPORTO

RAPPRESENTAZIONI TEATRALI

23 IL PROFESSOR CICERCHIA E IL TESORO DEI LEGUMI

42 LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCHI

36 LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI

LABORATORI

36 LABORATORIO DI MICROSCOPIA
"I PRINCIPI DELLA SANA ALIMENTAZIONE"

35 LABORATORIO SUI CARBOIDRATI
"CARBOIDRATI: CHE SCOPERTA"

10 LABORATORIO DI ECOLOGIA
"NO ALLO SPRECO=SPRECONTROLLORI"

2 ATTIVITÀ SPECIALI

LE BUONE ABITUDINI IN FESTA

7/20 NOVEMBRE 2016 - VICENZA

DUE SETTIMANE DI ATTIVITÀ IN CUI SONO STATI COINVOLTI BAMBINI, FAMIGLIE, INSEGNANTI E SCUOLE PRIMARIE DEL TERRITORIO.

DESPAR FESTIVAL UDINE

22/27 MAGGIO 2017 - UDINE

5 GIORNI DI ATTIVITÀ ALL'INTERNO DEL DESPAR FESTIVAL IN CUI SONO STATI COINVOLTI 388 ALUNNI DI 9 SCUOLE DEL TERRITORIO.

11 INCONTRI CON IL NUTRIZIONISTA

14 MARZO 2017

SCUOLA SAN MICHELE - BORGORICCO (PD)

16 MARZO 2017

SCUOLA DON MILANI - SANT'ANGELO DI PIOVE DI SACCO (PD)

23 MARZO 2017

SCUOLA TREMIGNON - PIAZZOLA SUL BRENTA (PD)

6 APRILE 2017

SCUOLA DANTE ALIGHIERI - CASIER (TV)

14 MARZO 2017

SCUOLA SAN MICHELE - BORGORICCO (PD)

19 APRILE 2017

SCUOLA RIDOLFI- GIUSTI - LONIGO (VI)

20 APRILE 2017

SCUOLA DON BOSCO - CODIVERO DI VIGONZA (PD)

27 APRILE 2017

SCUOLA VITTORINO DA FELTRE - VICENZA (VI)

15 MAGGIO 2017

SCUOLA LEONARDO DA VINCI - PIANIGA (VE)

18 MAGGIO 2017

CINEMA PORTO ASTRA - PADOVA (PD)

31 MAGGIO 2017

SALA CIVICA - PONTE SAN NICOLÒ (PD)

1 INCONTRO CIBO E SALUTE

25 MARZO 2017

SCUOLA GIOVANNI XXIII - PADOVA (PD)

INCONTRO CON NUTRIZIONISTA LUCIO PARELLO E LO CHEF STEFANO POLATO



220 CLASSI
17 COMUNI

Nome dell'insegnante referente del progetto **Zorzi Loretta Emanuela**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **5**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **107**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **4**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**
- **Legumi: proteine vegetali**

Attività di supporto svolte:

- **29 aprile 2017** Rappresentazione Teatrale **"LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI"**
- **8 febbraio 2017** Laboratorio Microscopia **"I PRINCIPI DELLA SANA ALIMENTAZIONE"**

Zorzi Loretta Emanuela

In classe abbiamo seguito il percorso relativo alla Guida presente in ogni Scatola, inoltre sono stati approfonditi alcuni aspetti particolari.

Ad esempio, la classe che ha seguito il percorso "Spezie" (cl. I) ha approfondito i contenuti proposti con una visita naturalistica nel territorio (biotopo di San Daniele), nella quale i bambini sono stati guidati a riconoscere le "erbe aromatiche" presenti (melissa, menta, rosmarino, ecc.), attraverso i 5 sensi.

Per quanto riguarda il percorso "Frutta" (cl. II e III), i contenuti sono stati approfonditi sensibilizzando gli alunni a portare a scuola, almeno un giorno alla settimana la "Merenda Sana a base di Frutta di stagione" ed inoltre, con la vendita delle "Arance della Salute" e l'invito a scuola di una Ricercatrice AIRC, si è cercato di spiegare ai bambini l'importanza, per la salute, del consumo di frutta e verdura.



Il percorso "Legumi" (cl. IV) è stato approfondito con il "Laboratorio di microscopia" che ha coinvolto i ragazzi, in modo divertente, per scoprire la "cellula vegetale". Inoltre, per conoscerla, sono state svolte anche attività di ricerca ed attività grafico-espressive, o manuali, usando la creta e i colori.

Il percorso "Cereali" (cl. V) è stato approfondito con ricerche e cartelloni ed ampliato (cl. III e IV) realizzando la visita didattica al Pastificio Jolly-Sgambaro, del nostro territorio, in cui gli alunni hanno potuto osservare le varie fasi di produzione della "pasta certificata di grano duro italiano".





Infine ciò che ha entusiasmato tutti gli alunni, grazie alla bravura straordinaria delle attrici, è stato **lo spettacolo teatrale “Le Buone Abitudini e i 12 Cereali”**, molto apprezzato da noi insegnanti, che **riteniamo sia una modalità molto efficace per veicolare contenuti didattico-educativi**. Anche le famiglie degli alunni della scuola, come testimoniato dalla mail che Vi è giunta dalla Presidente del Comitato dei genitori, hanno molto apprezzato non solo lo Spettacolo Teatrale proposto, ma in generale tutto il Vostro Progetto, a cui abbiamo avuto l'opportunità di aderire.

Auspiciando che la nostra scuola possa continuare a fruire ancora della Vostra preziosa collaborazione, ringrazio vivamente, a nome di tutte le insegnanti coinvolte.

I GENITORI PARLANO DI NOI

e-mail del 11 maggio 2017

Gentilissimi,

scrivo la presente quale Presidente del Comitato Genitori della scuola Busonera, per ringraziarVi della preziosa opportunità che è stata data ai nostri figli inserendoli nel Vostro progetto educativo-formativo “Le buone abitudini”. Ho avuto il piacere, unitamente ad altri genitori della scuola, di assistere allo spettacolo “Le buone abitudini e i 12 cereali” messo in scena nel nostro plesso lo scorso 29 aprile. I bambini si sono appassionati al mondo della contadina Annalisa, della mucca Fiorella e dell'affarista Rizieri. È stata indubbiamente un'esperienza formativa di elevato livello non solo per quanto riguarda lo spettacolo teatrale (bravissimi gli attori anche a coinvolgere i gli alunni), ma altresì per la specificità del materiale didattico fornito e per la preparazione degli esperti nutrizionisti con i quali i bambini hanno svolto i laboratori. Spero che, nel corso dei prossimi anni scolastici, possa proseguire questa collaborazione con la nostra scuola.

*In periodi come questi, nei quali i finanziamenti pubblici agli Istituti scolastici sono in progressiva diminuzione, **progetti come il Vostro consentono di elevare la qualità e la quantità dell'offerta formativa.***

Grazie ancora e complimenti.

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

*A scuola si è potuto rilevare un evidente miglioramento nelle abitudini dei bambini per quanto riguarda il consumo di una merenda sana. Si è notato infatti un maggior consumo quotidiano di frutta fresca e di stagione, portata da casa. Inoltre **molti genitori riferiscono che i bambini, anche a casa, iniziano ad essere più consapevoli dell'importanza di una sana e corretta alimentazione.***

Nome dell'insegnante referente del progetto **Borile Isabella e Latelli Alessandra**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **6**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**
- **Legumi: proteine vegetali**

Attività di supporto svolte:

- **10 marzo 2017** Laboratorio Microscopia *"I PRINCIPI DELLA SANA ALIMENTAZIONE"*
- **14 marzo 2017** Rappresentazione Teatrale *"LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCHI"*
- **28 aprile 2017** Laboratorio di Microscopia *"I PRINCIPI DELLA SANA ALIMENTAZIONE"*

Borile Isabella

Il progetto de "Le Buone Abitudini" è sicuramente stimolante e ogni anno i materiali sono molto utili, validi e adeguati per i bambini della scuola primaria. Quest'anno le classi hanno lavorato a differenti percorsi e noi insegnanti abbiamo riflettuto sull'importanza del pranzo a scuola cercando tutt'oggi una collaborazione con la mensa per poter offrire ricette sane e buone. Ad oggi siamo riusciti ad offrire ai bambini le centrifughe quando la frutta veniva rifiutata da molti ma il percorso è ancora lungo e **speriamo di poter contare sempre sul supporto di Despar per avviare collaborazioni che portino i nostri bambini ad alimentarsi in modo sano e completo.**

Le attività, i materiali, le guide sono strumenti importantissimi per noi insegnanti in quanto permettono di far arrivare informazioni e nozioni direttamente ai bambini e indirettamente ai loro genitori. Tutte le classi hanno affiancato al progetto la cura dell'orto. La classe prima ha curato il prato, la seconda lo stagno, la terza l'orto, la quarta l'orto e lo stagno e la quinta lo stagno. Grazie a questa possibilità i bambini hanno seminato e visto crescere alcuni legumi, erbe aromatiche, verdura e frutta che prima avevano conosciuto con i materiali de "Le Buone Abitudini". Il poter mangiare e gustare il frutto del loro lavoro è stata un'esperienza unica.

I GENITORI PARLANO DI NOI

L'orto della scuola viene curato dai genitori e dai nonni degli alunni che durante la pausa estiva raccolgono ciò che è stato seminato dai bambini. Con il raccolto molte famiglie hanno sperimentato le ricette proposte dal progetto e molte altre. **Le famiglie conoscono "Le Buone Abitudini" e il valore del suo "lavoro" svolto durante tutto l'anno non solo per i bambini ma anche per loro, i genitori.**

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Cercare di dare il buon esempio come adulti è quello che gli insegnanti cercano di fare quotidianamente durante tutto l'anno scolastico. Così durante la ricreazione sbucciano la frutta in classe per gli alunni o durante il pranzo siedono vicino ai bambini cercando di mangiare cibi sani e non avanzando nulla ma assaggiando ogni ricetta presente nel piatto.

I bambini durante la ricreazione decidono di lasciare la propria merendina portata da casa per avvicinarsi alla cattedra e prendere un pezzo di frutto preparato per loro dalla maestra; oppure in mensa, osservando il comportamento degli insegnanti e di alcuni compagni, decidono di assaggiare, anche se in piccole porzioni, cibi che prima d'ora non avevano mai mangiato.

Nome dell'insegnante referente del progetto **Beis Cristina**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **9**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **180**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **9**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**

Maria Luisa Suppressa - Report solo per le classi prime

Dopo aver sviluppato i contenuti relativi ai cinque sensi, siamo partiti alla scoperta, attraverso di essi, delle piante aromatiche e delle spezie.

1^ FASE: SCOPRIAMO LE PIANTE AROMATICHE

Sono state portate in classe le piante aromatiche più comuni: menta, basilico, origano, rosmarino, aglio e peperoncino. Le abbiamo osservate nelle loro parti - radici, fusto, foglie, fiori - anche con l'aiuto delle immagini attraverso la lim; successivamente sono state toccate, annusate e "assaggiate". E' stata preparata, inoltre, una tisana alla menta. Le esperienze della vita quotidiana dei bambini ci hanno aiutato ad approfondire il perché dell'utilizzo delle aromatiche nell'alimentazione e i benefici salutari che ne possiamo trarre.

2^ FASE: SCOPRIAMO LE SPEZIE

Con l'aiuto della "scatola" delle spezie le abbiamo annusate e toccate. Ai bambini si è chiesto, poi, di portare a scuola le spezie che avevano a casa. Sono state preparate e assaggiate "merende" speziate: fette biscottate con mele e cannella o con marmellata all'arancia e zenzero. Il percorso è stato concluso con la realizzazione di lapbooks contenenti le varie fasi di preparazione delle merende.

I percorsi proposti sono stati molto interessanti e utili per approfondire e sviluppare tematiche riguardanti la salute della persona con l'aiuto di un'alimentazione "naturale" corretta ed equilibrata.



La presenza in classe di alunni stranieri ha permesso di scoprire altre spezie e la loro provenienza. Su un planisfero sono stati individuati i paesi e collegati a ciascuna spezia; la stessa attività è stata svolta per le piante aromatiche.

CITTADELLA Primaria SANTA MARIA

Nome dell'insegnante referente del progetto **Toniolo Orietta**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **5**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **106**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **4**

Percorsi:

• **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**

Attività di supporto svolte:

• **5 aprile 2017** Rappresentazione Teatrale **"LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI"**

• **19 aprile 2017** Laboratorio Microscopia **"I PRINCIPI DELLA SANA ALIMENTAZIONE"**

Toniolo Orietta

Le attività e i contenuti didattici sono stati uno stimolo per approfondire determinati argomenti riguardanti l'educazione alimentare. Entrambe le attività di supporto sono state ben organizzate con personale qualificato e pronto a rispondere alle richieste degli alunni. La rappresentazione è stata interessante e coinvolgente.

Elaborati svolti nelle classi:

- Piramide alimentare,
- Indagine sulla corretta alimentazione,
- Discussione in classe,
- Uscita presso l'orto botanico di Conegliano Veneto.
- Coltivazione di ortaggi/preparazione di alcuni piatti

Sono state coinvolte le famiglie degli alunni attraverso le indagini sulle loro abitudini alimentari e attraverso un incontro informativo con la presenza di una dietista.

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Il percorso ha sensibilizzato gli alunni al rispetto del cibo anche contro lo spreco alimentare; c'è uno sforzo da parte degli alunni nel cambiare sbagliate abitudini alimentari.



Nome dell'insegnante referente del progetto **Zovi Ilaria**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **6**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **106**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **9**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**

Attività di supporto svolte:

- **12 maggio 2017** Rappresentazione teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCCHI"

Zovi Ilaria

• Per il percorso sensoriale sulle spezie si è dovuto partire, in Scienze, dalla conoscenza del regno vegetale affrontando, come prerequisito, la discriminazione delle PARTI CHE COMPONGONO UNA PIANTA e la distinzione dei diversi sottogruppi di vegetali sulla base del fusto (legnoso o erbaceo), cioè: ALBERI-ARBUSTI-ERBE. In seguito si è proceduto presentando il progetto nelle sue intenzioni generali, seguendo le modalità suggerite dai moduli (non esauriti in questo anno scol. ma iniziati in previsione di una continuità nella classe futura), per poi estendere le riflessioni emerse dallo spettacolo e dalle esplorazioni sensoriali (in classe o in giardino) all'ESPERIENZA PERSONALE: i bambini infatti potevano liberamente procurare (dal proprio orto, dal mercato ortofrutticolo, dal giardino del vicino o dei nonni,ecc...) parti di piante aromatiche (foglie, baccelli, fiori...) per l'osservazione, la presentazione condivisa e la catalogazione in classe su Poster.

Una sezione ha scelto di corredare il POSTER di foglie che indicassero la provenienza delle erbe aromatiche (stile erbario), mentre l'altra sezione ha completato la raccolta di campioni orientandosi prevalentemente sulle spezie e realizzando un SECONDO CARTELLONE FOTOGRAFICO che ha come SLOGAN quello ideato e scritto anche sul quaderno: "Spezie, spezie delle mie brame, qual è l'erbetta più sana del reame?"

La diversa compilazione dei Poster in dotazione nel Kit Despar è avvenuta per una spontanea propensione delle docenti ad assecondare gli interessi degli alunni, ma anche perchè nella sezione A, in particolare, si è affiancato al percorso di scienze quello di Italiano che, a partire dai MITI PIÙ NOTI DELL'ANTICA TRADIZIONE GRECA, ha sollevato l'interesse e la curiosità dei bambini per la presenza di piante simboliche (come l'alloro) in racconti di questo tipo (perchè la loro funzione era anche quella di dare risalto alle doti e alle gesta, considerate perfino sacre, degli eroi). Le **attività interdisciplinari** di italiano sono confluite in un libretto illustrato che gli alunni hanno composto individualmente sulla base di indicazioni condivise.



• Per il percorso della frutta e verdura l'insegnante di Scienze aveva predisposto già nel primo Quadrimestre delle attività di coinvolgimento degli alunni nello studio dei vegetali per ripassare quei prerequisiti sopra citati sul regno vegetale e sulle parti della pianta, ma aveva anche operato delle integrazioni con la Lingua inglese e l'Educazione musicale per realizzare una "FESTA DEL RACCOLTO AUTUNNALE", in stile anglosassone, sensibilizzando i bambini sull'importanza di seguire il percorso di lavorazione di un alimento dal seme al piatto e di preferire cibi poco raffinati, e a km zero, piuttosto di quelli confezionati e molto elaborati che tanto ci attirano al supermercato (per la loro pubblicizzazione e praticità). Si è chiesto ad ogni alunno di indicare il proprio FRUTTO PREFERITO o la propria VERDURA PREFERITA spiegando ai compagni anche in quale portata preferiscono mangiarlo (es.risotto agli spinaci, macedonia di fragole...) ed è stato raccontato, con esempi o schede operative, come alcuni cibi vegetali vengano dalla terra, altri da sotto terra e altri ancora dalla chioma degli alberi o di arbusti, collegandosi nel Secondo Quadrimestre con il primo modulo Despar grazie alla visualizzazione e fruizione del POSTER intitolato "Sopra, sotto...in alto!". Ciascuno ha poi dovuto indicare sul quaderno quante volte mangia frutta o verdura nell'arco di una giornata o della settimana; **l'insegnante inoltre ha invitato personalmente i bambini ad aiutare i genitori nel fare la spesa per osservare gli ortaggi stagionali e i prodotti che finiscono nel carrello** (anche se fuori stagione...) e ha suggerito loro di portare a scuola, come merenda, un frutto intero o tagliato a pezzetti. Per concludere il laboratorio sulle tradizioni contadine legate al raccolto ("Harvest Festival"), è stata insegnata una danza figurata, con testo in lingua inglese, che sottolinea le fasi di lavoro dell'agricoltore nelle quattro stagioni per accompagnare la pianta dalla semina al raccolto, con relativa costruzione, in Tecnologia, di uno SHAKER contenente: semi, legumi, cereali colorati... per produrre il suono di una maracas e cadenzare la danza a tempo. Sono stati realizzati dei piccoli quadri pittorici dal titolo "Let us all say THANKS FOR FOOD", decorandoli in modo creativo con semi di zucca, bucce d'arancia o altre parti di alimenti vegetali stagionali, per orientare i bambini verso un sano stile alimentare legato alla stagionalità dei prodotti e alla riduzione degli sprechi a tavola. Sono stati realizzati, infine, degli schemi guidati sul quaderno, sulla base dei quali, ogni alunno ha creato dei propri, per **ricostruire le fasi di lavorazione di un cibo dalla terra alla tavola, o dalla terra al prodotto confezionato nei distributori alimentari**.

La visita guidata al FRANTOIO DI VALNOGAREDO a Novembre ha concluso un'unità didattica rivolta all'osservazione, sezione, degustazione dell'oliva, riconducendo il frutto all'albero d'origine e approfondendo le sue qualità benefiche, con il contributo dell'ins.te di Italiano e di Storia per la verbalizzazione e ricostruzione temporale della trasformazione dell'oliva in olio d'oliva, mentre in Tecnologia si affrontava tutto il processo di lavorazione collegandosi con i contenuti disciplinari già presentati in merito all'industria alimentare e alla raffinazione del cibo naturale.



UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

A seguito dell'unità di apprendimento intitolata "Dall'oliva all'olio", i bambini provavano una certa **soddisfazione** nell'esibire, a merenda, oltre alle merende a base di frutta in pezzi o da bere (sottolineando magari che erano succhi o Yoghurt con sola frutta, senza aggiunta di aromi o additivi), anche crackers o grissini alle olive!!! Oppure raccontavano di aver preso l'abitudine di fare merenda a casa con crostini all'olio d'oliva (esclusivamente "extravergine") perchè dopo la degustazione al frantoio e le attività svolte in classe lo trovavano gustoso e sano...Altri alunni coinvolti nei moduli sulle spezie, infine, portavano a scuola con **entusiasmo** campioni di erbe aromatiche o spezie non proprio ortodossi, tipo il caffè o il sedano, ma erano portati a ritenerli validi esempi per l'uso che se ne fa in cucina, sebbene fossero esempi "impropri": in tal caso le ins.ti assecondavano il loro entusiasmo perchè comunque essi avevano operato una selezione secondo il criterio della fragranza e dell'origine vegetale di questi alimenti molto noti.

MONSELICE Primaria BUGGIANI

Nome dell'insegnante referente del progetto **Tattesi Barbara**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **5**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**

Attività di supporto svolte:

- **16 marzo 2017** Laboratorio "CARBOIDRATI: CHE SCOPERTA!"
- **3 maggio 2017** Laboratorio "NO ALLO SPRECO = SPRECONTROLLORI!"



MONSELICE Primaria SACRO CUORE

Nome dell'insegnante referente del progetto **Tattesi Barbara**

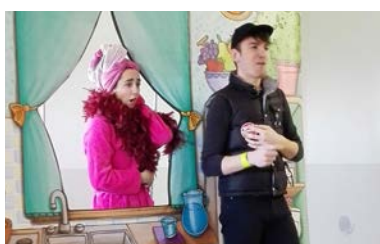
Numero delle classi coinvolte nel progetto **5**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**
- **Legumi: proteine vegetali**

Attività di supporto svolte:

- **10 marzo 2017** Laboratorio "NO ALLO SPRECO = SPRECONTROLLORI!"
- **28 aprile 2017** Rappresentazione Teatrale "IL PROFESSOR CICERCHIA E IL TESORO DEI LEGUMI"



PADOVA Primaria DON BOSCO

Nome dell'insegnante referente del progetto **Pagani Elisabetta**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **4**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**

Attività di supporto svolte:

- **24 febbraio 2017** Laboratorio "CARBOIDRATI: CHE SCOPERTA!"

Pagani Elisabetta

I bambini hanno gradito l'attività anche se non hanno compreso appieno i contenuti. Ciò è dipeso sia dal fatto che il programma sui 5 sensi era già stato fatto nei mesi precedenti e non vi è stato quindi un seguito di approfondimento al laboratorio svolto; inoltre, **essendo bambini di classe prima, sarebbe forse stato più utile un laboratorio "del fare"**. Il laboratorio condotto dall'esperta che si presentava come una ricercatrice "buffa" è risultato gradito. Per il prossimo anno si chiede di dettagliare nel programma del Vivipadova i tempi di realizzazione delle vostre offerte formative, al fine di regolare la nostra programmazione per integrare le proposte e svilupparle ulteriormente. Gli argomenti risultano molto interessanti. Sono apprezzati il percorso e le risorse previste per il quinquennio della scuola primaria. Si ringrazia tutto il personale a disposizione e la gentilezza di tutti. Rimaniamo in attesa di proseguire nei prossimi anni scolastici.

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Alcuni alunni, anche su sollecitazione da parte dell'insegnante, hanno modificato le tipologie di alimenti usati per la merende in classe, orientandosi di più verso il pane, la frutta e l'acqua ed eliminando merendine preconfezionate/snack e succhi di frutta.

PADOVA Primaria FERRARI

Nome dell'insegnante referente del progetto **Orlando Gianna**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **2**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **40**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **2**

Percorsi:

• **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**

Attività di supporto svolte:

• **4 maggio 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCHI"

Orlando Gianna

Abbiamo solo elaborato un menù personale, in 2B, secondo le preferenze di gusti e in base agli apprendimenti acquisiti (non vi è materiale da inviare perché il menù è stato scritto negli opuscoli dei bambini). Il progetto è stato ben strutturato e molto interessante. **Il lavoro a scuola è stato portato a casa come continuità educativa.** Lo spettacolo è stato alla portata dei bambini, con contenuti ben appresi e in linea con la loro esperienza. Mi auguro che quest'iniziativa possa proseguire nel tempo.

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Il cambiamento si è visto in mensa. Gli alunni hanno imparato ad assaggiare tutto. Riferivano che dovevano mangiare i cibi perché ricchi di vitamine o di altre sostanze che avevamo conosciuto.

PADOVA Primaria GIOVANNI XXIII

Nome dell'insegnante referente del progetto **Meggiorin Giovanna**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **1**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **16**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **10**

Percorsi:

• **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**

Attività di supporto svolte:

• **8 maggio 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCHI"

Meggiorin Giovanna

La rappresentazione teatrale è stata un utilissimo completamento rispetto a tutte le attività svolte in precedenza. Lo spettacolo è stato visto anche dagli alunni della classe terza e tutti hanno molto apprezzato. Ho richiesto il percorso di approfondimento dal titolo "Dalle Buone Scelte alle Buone Abitudini" per i genitori dell'intero istituto (che conta oltre 1000 iscritti). È stata una mattina speciale condotta dal nutrizionista Lucio Parello e dallo Chef Stefano Polato presso l'auditorium della nostra scuola. **L'attività sull'alimentazione è stata svolta in modo trasversale** interessando anche la matematica attraverso indagini statistiche sulla colazione, i cibi preferiti, la frutta preferita; sensibilizzazione sul tipo di merenda da consumare a scuola coinvolgendo anche le famiglie; confronti sui cibi dei vari stati d'origine degli alunni (solo due sono italiani, mentre tutti gli altri, pur essendo nati in Italia, hanno origini straniere).

È stata un'esperienza davvero interessantissima e coinvolgente per tutta la mia classe ed **in primis per me**, che, essendo un'insegnante prevalente totale, **ho potuto prendere spunti e idee da sviluppare nelle varie discipline scolastiche.**



PADOVA Primaria MANIN

Nome dell'insegnante referente del progetto **Gardellin Stefania**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **2**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **46**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **5**

Percorsi:

• **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**

Attività di supporto svolte:

• **14 febbraio 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCHI"

Gardellin Stefania

I materiali sono stati utili per l'attività dell'orto a scuola e per il progetto organizzato sull'alimentazione dal Comune di Padova. La rappresentazione teatrale è stata divertente grazie al coinvolgimento degli alunni durante lo spettacolo. Ci siamo attenuti alle attività proposte presenti nel kit de Le BuoneAbitudini e, successivamente, abbiamo integrato con diversi lavori svolti in classe mediante il **coinvolgimento di tutte le insegnanti nelle singole materie**. I diversi elaborati sono stati inseriti in un book dove sono state proposte delle ricette (ricetta per la torta alla bieta e marmellata di mele). È stato fatto un lavoro sulla stagionalità della frutta e della verdura attraverso le verdure proposte nell'orto della scuola. Un alunno ha chiesto spiegazione sul perchè consumiamo le banane tutto l'anno e consumiamo frutta non di stagione. È stato svolto un lavoro sulla mela, ponendo delle domande sulle sue proprietà, inserendo l'importanza delle vitamine nell'alimentazione e spiegando anche il significato del falso frutto. Come ultimo lavoro sono stati proposti alcuni proverbi e modi di dire sulla mela. Il progetto è risultato molto costruttivo per la formazione di alunni della classe seconda. **Il materiale fornito e le guide sono stati di grande aiuto** per lo svolgimento delle diverse attività proposte, aiutando i docenti a strutturare le svariate attività didattiche e di approfondimento.

PADOVA Primaria GIUSEPPE MAZZINI

Nome dell'insegnante referente del progetto **Caldano Antonella**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **3**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **56**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **3**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**

Attività di supporto svolte:

- **26 aprile 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCHI"

Caldano Antonella

In linea di massima ci siamo attenuti alle attività proposte nel progetto ma le abbiamo anche integrate nei seguenti modi:

- **I bambini hanno coinvolto i genitori**, i quali hanno acquistato e piantato delle piantine di erbe aromatiche

- Il poster "Il Mondo" è stato arricchito disegnando i personaggi della storia "Gira mondo" e i mezzi di trasporto da loro utilizzati per spostarsi da una parte all'altra del mondo. Inoltre sono stati attaccati dei post it in cui è stata specificata l'origine geografica e gli effetti benefici di alcune spezie ed erbe aromatiche.

Gli alunni del tempo pieno si sono dimostrati più disponibili all'assaggio di nuovi sapori.

L'attività è stata molto apprezzata da alunni e docenti sia per il materiale fornito che per lo spettacolo che è stato particolarmente coinvolgente e divertente. Anche i genitori si sono lasciati coinvolgere, infatti **molte sono state le ricette condivise e sperimentate a casa dalle famiglie.**

PADOVA Primaria MONTEGRAPPA

Nome dell'insegnante referente del progetto **Brotto Rita**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **2**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **33**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **3**

Percorsi:

- **Cereali integrali: 12 doni della natura**

Attività di supporto svolte:

- **22 marzo 2017** Laboratorio "CARBOIDRATI: CHE SCOPERTA!"

Brotto Rita

Gli alunni hanno dimostrato interesse ed una buona partecipazione alle proposte del progetto sia per quanto riguarda la parte teorica spiegata e anticipata prima dall'insegnante di classe, sia per quanto riguarda il laboratorio condotto dall'esperto. In questo sono stati **molto motivanti i sussidi didattici** (zollette di zucchero per indicare le quantità di zucchero presenti in ogni alimento, cartelloni, ..), come è stato altrettanto motivante il kit inviatoci con i campioni dei vari cereali ed il fascicolo previsto per ogni alunno. **Utilissimo il lavoro di ricerca di cereali integrali condotto a casa propria da ogni alunno.** Il laboratorio è stato interessante soprattutto per l'utilizzo dei sussidi didattici (materiali, cartelloni, oggetti...) e la dimostrazione pratica delle ipotesi medico-scientifiche proposte dall'esperto, tutti fattori indispensabili per l'apprendimento in questa fascia d'età. Ci siamo attenuti alle attività proposte nel progetto a causa di un gruppo classe con forti problemi comportamentali che ha reso difficile sia lo svolgimento del normale percorso didattico programmato, sia la serena e approfondita realizzazione di tutti i vari progetti inclusi nell'offerta formativa per a.s.2016/2017. **Abbiamo tutti apprezzato il grande valore culturale, scientifico, di educazione alla salute del progetto.**

Nome dell'insegnante referente del progetto **Cognolato Nicoletta**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **6**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**
- **Legumi: proteine vegetali**

Attività di supporto svolte:

- **9 marzo 2017** Laboratorio di Microscopia "I PRINCIPI DELLA SANA ALIMENTAZIONE"
- **14 marzo 2017** Laboratorio "CARBOIDRATI: CHE SCOPERTA!"
- **21 marzo 2017** Laboratorio "NO ALLO SPRECO = SPRECONTROLLORI!"

Cognolato Nicoletta

Il percorso si è svolto nelle classi in modo trasversale coinvolgendo l'area scientifico/matematico e linguistica/espressiva.

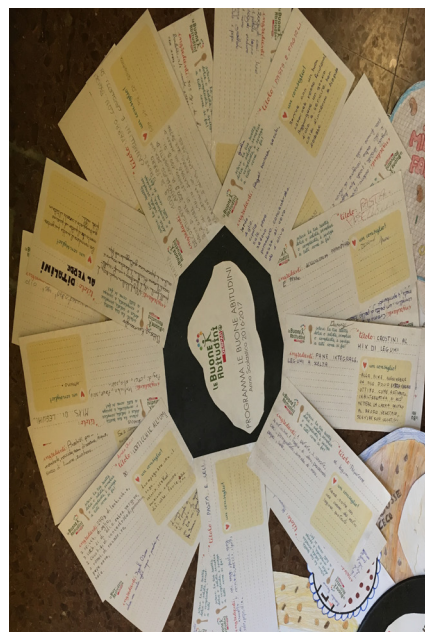
ATTIVITA' SVOLTE PER PERCORSO

AROMATICHE SPEZIE: lezioni teoriche sul cibo, indagine sui gusti, sperimentazione scatola (il percorso sarà continuato/ultimato il prossimo anno).

VERDURA E FRUTTA: presentazione scatola, assaggio cibi, lezione con alimenti prima colazione, gioco puzzle, assaggio **prima colazione fatta a scuola con supporto della dietista della mensa**, intervento esperto con il laboratorio, creazione di ricette pratiche a casa con invio foto dell'elaborato realizzato.

LEGUMI : presentazione cartellone scatola attraverso esperienza sensoriale da cui nasce poi la filastrocca "legumi e sensazioni". Ricerche e indagine storica, tabella collage riassuntiva delle informazioni trovate con lavoro di gruppo, raccolta dati, intervento esperto con laboratorio sui principi nutritivi e microscopia (osservazione diretta cellule con microscopi), creazione gioco Piatto Unico, creazione ricette, esperienza pratica assaggi di creme con collaborazione mensa scolastica, istogramma gradimento dell'esperienza.

Come festa di fine anno quest'anno vogliamo preparare uno spazio, all'interno della scuola, dedicato a "Le Buone Abitudini" e gli alunni stessi illustreranno ai genitori i percorsi svolti in classe. Abbiamo pensato insieme ai bambini di preparare una lunga tavola imbandita dove esporre tutti gli elaborati da loro creati. Come ogni anno i materiali del progetto sono stati molto stimolanti e siamo riusciti a creare moltissimi poster, disegni e "piatti unici".



Le conoscenze che ogni bambino ha appreso sono state trasferite in questi elaborati compreso la creazione di alcuni ricettari.

La validità del progetto per noi insegnanti rimane ormai una costante de “Le Buone Abitudini” che in ogni percorso ci fa sviluppare conoscenze che non avevamo e, divertendoci, ci fa sempre imparare qualcosa di nuovo, buono e sano. Quest’anno abbiamo coinvolto la dietista del Comune con cui i bambini hanno assaggiato differenti creme di legumi. In seguito in classe è stata svolta un’attività nella quale ogni bambino scriveva in un cartellone cosa aveva provato dopo aver assaporato nuovi gusti. Così si è creato un istogramma del gradimento di ciò che si era assaggiato e l’insegnante ha guidato una riflessione in classe. Per sottolineare l’importanza della prima colazione, quest’ultima è stata organizzata a scuola in alcune mattinate dell’anno. La riflessione si è focalizzata sull’importanza dell’assumere zuccheri “buoni” la mattina, e con un gioco a puzzle i bambini hanno potuto approfondire quali sono gli alimenti importanti da inserire nel primo spuntino della giornata, la colazione.

I bambini hanno creato alcune ricette e le hanno illustrate non solo graficamente ma anche con didascalie per spiegare la preparazione del piatto, in modo da poterle consegnare ai compagni come gesto di cura verso le persone a cui si vuole bene. In classe i bambini si confrontavano sulla modalità in cui è stato preparata la ricetta e sui gusti del piatto esprimendo le proprie preferenze.

Gli alunni hanno seminato nell’orto della scuola dei semi di frutta e semi dei legumi forniti dalla scatola/ “Legumi”. Le piantine germogliate poi sono state travasate su vasi ed esposte nella tavola della mostra di fine anno.

Confrontandoci tra colleghe il lavoro svolto grazie al progetto “Le Buone Abitudini” è stato molto stimolante e completo in quanto integra la conoscenza, il sapere, la riflessione e l’informazione al poter mettere in pratica ciò che si è conosciuto e imparato. **Questo è il percorso che permette un vero apprendimento** e dà la possibilità ai nostri bambini di poter scegliere ogni giorno ciò che li renderà grandi, sani e felici.

Il progetto è stato molto positivo e apprezzato da insegnanti, genitori e alunni che si sono lasciati coinvolgere molto, soprattutto nelle fasi laboratoriali, nella semina e realizzazione ricette.

Le insegnanti del plesso ringraziano per l’offerta formativa del progetto e riconoscono il valore dei materiali forniti e dei supporti molto professionali. PROGETTO VALUTATO MOLTO POSITIVO.

I GENITORI PARLANO DI NOI

*Grazie ai materiali de “Le Buone Abitudini” i genitori hanno conosciuto il progetto e in molti casi hanno intrapreso questo viaggio verso un’alimentazione sana insieme ai loro bambini. **A casa in molti hanno sperimentato ricette e piatti suggeriti dalle guide e dalle schede** e ciò ha permesso di effettuare qualche cambiamento nella dieta familiare o comunque ha portato a riflettere sull’importanza di una sana alimentazione per la crescita dei bambini.*



UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

*Poter organizzare un pasto a scuola ha permesso agli alunni di assaporare nuovi gusti e di poterlo fare insieme ai compagni. In cucina e a tavola, sia a casa che a scuola è importante poter star bene, vivere il pasto come un momento in cui rilassarsi e divertirsi prendendosi cura di se stessi e degli altri attraverso scelte corrette e sane. **Dopo aver assaggiato le creme dei legumi a scuola alcuni bambini sono tornati a casa e lo hanno raccontato ai genitori. Dopo alcuni giorni mamma e papà hanno parlato con gli insegnanti dicendo che i figli hanno voluto far assaggiare anche a loro le ricette provate a scuola e insieme le hanno preparate e mangiate. Con gioia e allegria hanno condiviso un grande cambiamento in famiglia.***

PADOVA Primaria F. RANDI

Nome dell'insegnante referente del progetto **Paola Villani**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **2**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **37**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **2**

Percorsi:

• **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**

Attività di supporto svolte:

• **10 aprile 2017** Laboratorio "NO ALLO SPRECO = SPRECONTROLLORI!"

Paola Villani

Iniziali laboratori sensoriali su vari alimenti dal diverso sapore e registrazione in apposita tabella. A caccia di molte sugli sprechi di cibo e di risorse con la "Sprepaletta" nell'ambiente circostante, anche in famiglia. Orto a scuola: cura, raccolta e preparazione dei prodotti. Ricette varie. Approfondimento teorico su carboidrati e proteine e vitamine. Completamento di insiemi in cui incollare ritagli di prodotti contenenti i vari elementi. Nelle intersezioni, gli alimenti misti.

Il programma proposto, con laboratori e materiale fornito, era molto vasto e non abbiamo potuto terminarlo. Lo riprenderemo il prossimo anno, con l'inserimento di eventuali video didattici e divertenti tratti dal web.

Come sempre i bambini hanno gradito le attività pratiche ed esperienziali. Si auspica, pertanto, di continuare in tal direzione, approntando materiale specifico e ludico e la trattazione degli argomenti da varie "angolature", quali, per esempio, la rappresentazione teatrale o i giochi.

Le insegnanti ringraziano per il valido apporto fornito e per la costante attenzione evidenziata sul tema alimentazione.

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

*Durante l'esperienza della prima colazione a scuola, tutti i bambini hanno mangiato almeno tre cibi non usuali, anche salati, mostrando molto gradimento. **Alcuni hanno iniziato a dedicare tempo alla prima colazione, modificando le proprie abitudini. E' stato introdotto il concetto di "spreco" e i bambini lo usano nella vita di tutti i giorni, famiglia compresa. Molti genitori raccontano di essere rimproverati dai figli se colti a sprecare o mal utilizzare le risorse, a non rispettare l'ambiente.***

PADOVA

Primaria SANTA DOROTEA



Nome dell'insegnante referente del progetto:

Maria Teresa Santinato e Silvia Bressan

Numero delle classi coinvolte nel progetto **4**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **87**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **4**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**

- **Cereali integrali: 12 doni della natura**

Attività di supporto svolte:

- **17 febbraio 2017** Laboratorio Microscopia "I PRINCIPI DELLA SANA ALIMENTAZIONE"

- **23 febbraio 2017** Laboratorio "CARBOIDRATI: CHE SCOPERTA!"

Maria Teresa Santinato

In classe Prima abbiamo approfondito le esperienze laboratoriali proposte dal kit "Aromatiche-Spezie" con collegamenti multidisciplinari (Scienze, Italiano, Immagine). In classe Seconda i collegamenti multidisciplinari su i "Cereali integrali" hanno coinvolto Scienze, Storia e Immagine. In classe Terza e in classe Quarta l'intervento dell'esperto è stato approfondito in classe dagli insegnanti di Italiano e Scienze con relazioni, spunti di riflessione per brainstorming e ricerche di approfondimento, cooperative learning.

L'attenzione sempre maggiore dei nostri bambini nei confronti di una corretta alimentazione li ha portati a moderare o ad eliminare il consumo di merendine confezionate a favore di carote, finocchi a pezzetti e tanta frutta fresca di stagione, anche grazie alla concomitanza del programma comunitario europeo "Frutta nelle Scuole".

Gli alunni di classe Prima sono rimasti affascinati dai colori e dai profumi delle erbe aromatiche e delle spezie e hanno chiesto in famiglia di poter utilizzare alcune spezie anche a casa. Hanno raccontato di aver seminato e piantato in giardino e in terrazzo piante aromatiche. **I bambini di classe Seconda e di Terza, affascinati dalla varietà dei cereali, hanno voluto assaggiare i cereali che non conoscevano**, riportando le loro nuove esperienze; i nostri ragazzi più grandi sono rimasti impressionati positivamente dalla competenza e simpatia dell'esperto che ha spiegato loro il mondo affascinante dei carboidrati con giochi, osservazioni e riflessioni. Riteniamo le attività e i materiali interessanti; i laboratori ricchi di spunti per collegamenti multidisciplinari, in accordo con la programmazione scolastica.

PIAZZOLA SUL BRENTA

Primaria S. FRANCESCO D'ASSISI

Nome dell'insegnante referente del progetto: **Frattin Stefania**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **2**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **37**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **4**

Percorsi:

- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**

Attività di supporto svolte:

- **3 aprile 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCHI"

Daniela Foscarini

Non c'è stato un cambiamento sostanziale in quanto nel nostro plesso vi è una consolidata attenzione all'educazione alimentare che prevede il coinvolgimento delle famiglie nella predisposizione della merenda collettiva settimanale: tutti gli alunni consumano

la stessa tipologia di merenda con una rotazione settimanale che spazia dalla frutta allo Yogurt, dal panino al dolce e alla cioccolata nella giornata in cui è prevista l'attività di nuoto. Il progetto pertanto va considerato come un ulteriore momento di sviluppo di consapevolezza e di conoscenza negli alunni.

>>> La classe seconda non ha completato tutto il programma previsto e l'insegnante si riserva di proseguire nelle attività con la ripresa del prossimo anno scolastico.

Sarebbe opportuno che l'avvio dei progetti fosse anticipato per permettere un lavoro più equilibrato e meglio distribuito nel corso di tutto l'anno scolastico.

PIAZZOLA SUL BRENTA Primaria A. DA TREMIGNON

Nome dell'insegnante referente del progetto: **Roverato Carla**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **7**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **125**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **20**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**
- **Legumi: proteine vegetali**

Attività di supporto svolte:

- **15 marzo 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI"
- **16 marzo 2017** Laboratorio Microscopia "I PRINCIPI DELLA SANA ALIMENTAZIONE"

Roverato Carla

Il presente progetto è stato parte integrante del progetto di plesso "Per tutti i gusti". Ogni classe ha individuato e approfondito un argomento utilizzando anche il kit ricevuto dalla Despar negli anni precedenti, seguendo le attività suggerite.

Grazie al progetto de Le Buone Abitudini vorremmo, anche nei prossimi anni, proseguire la merenda collettiva che prevede il consumo di frutta e la limitazione degli snack.

Abbiamo riscontrato una **maggiore attenzione da parte degli alunni nel leggere le etichette alimentari** e nel suggerire l'acquisto di cereali integrali alle famiglie.

I docenti, pertanto, si dichiarano interessati a proseguire l'esperienza di condivisione e collaborazione con la Despar.



Nome dell'insegnante referente del progetto **Catia Zoppello**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **15**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**
- **Legumi: proteine vegetali**

Attività di supporto svolte:

- **27 marzo 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI"
- **31 marzo 2017** Rappresentazione Teatrale "IL PROFESSOR CICERCHIA E IL TESORO DEI LEGUMI"
- **24 aprile 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCHI"

Catia Zoppello - Intervento dall'intervista del 31 maggio 2017

Stiamo portando avanti Le Buone Abitudini da più anni, nelle varie tematiche che vengono proposte nelle diverse annualità della scuola primaria.

Quest'anno, avendo le 4e e le 5e come tema i "Legumi", abbiamo pensato di sfruttare l'argomento per partecipare, con un gruppo mascherato, al carnevale che si tiene qui nel nostro territorio. In effetti sono venute fuori delle cose bellissime. Sono stati coinvolti quattro insegnanti e altrettante classi: 4a A, 4 a B, 4 a C e 5 a C.

La nostra amministrazione mette in palio, per i gruppi scolastici che si presentano alle sfilate, la possibilità di partecipare anche a una specie di concorso con una presentazione del gruppo stesso. Noi abbiamo pensato che, per fare una cosa originale, sarebbe stato bello fare un ricettario. Abbiamo proposto ai bambini quest'idea e loro hanno cercato delle ricette; abbiamo, poi, sorteggiato delle coppie da cui sono nate 40 ricette fatte da 40 coppie di bambini che le hanno provate a casa e poi le hanno fatte provare anche a scuola.

Il ricettario è venuto benissimo, siamo stati premiati perché era la cosa più originale che era stata presentata. Noi insegnanti ci siamo dette: "Non possiamo farla morire in un cassetto", e ci è venuto in mente di coinvolgere Despar Nordest, proprio perché c'è questo connubio che va avanti da anni. La Sig.ra Sciortino è stata felice della proposta e abbiamo deciso di mettere in atto la pubblicazione di questo lavoro dei bambini. Ricordiamo, infatti, che rimane un lavoro dei bambini.

Come sono state coinvolte le famiglie? Come hanno reagito?

Dal punto di vista dell'esecuzione vera e propria delle ricette ovviamente sono state coinvolte quasi tutte le famiglie, nel senso che i bambini si sono ritrovati a coppie, a casa dell'uno o dell'altro, a creare questi piatti; per quanto riguarda invece la sfilata, le mamme hanno creato i costumi e si sono ritrovate in parrocchia, a scuola, nelle case; di giorno, di sera, di pomeriggio, quando era possibile. **C'è stata una forte socializzazione in quel periodo, sia dei bambini fra di loro che delle famiglie fra di loro.**

Quanto conta l'esperienza pratica nell'apprendimento del bambino, al di là della nozione teorica?

Da uno a dieci? Centocinquanta!

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Sa se c'è stata la sperimentazione di legumi non conosciuti, se qualche famiglia si è messa in gioco nel provare cose nuove?

I bambini hanno provato le cose, ritengo, più pazzesche, che non conoscevo. Non conoscevo la "fagiottella" per esempio, che è la nutella fatta con i fagioli e che è buonissima. Ce l'hanno portata a scuola; hanno fatto la maionese e l'humus di lupini, le creme di ceci. I genitori hanno detto che hanno mangiato cose che non si sarebbero mai aspettati, perché effettivamente erano motivati dalla situazione che stavano vivendo.

È stata una settimana di merende fatte con piattini e cucchiaini; di spaghetti con i ceci, piuttosto che la crema di cicerchie ... I bambini hanno portato a scuola questi tegami con i piatti e abbiamo mangiato spaghetti freddi e zuppa fredda che, comunque, abbiamo sempre assaggiato.

I bambini sono stati troppo felici! Ovviamente non era possibile rifiutare perché era qualcosa di loro, ed era giusto far vedere che anche noi ci tenevamo al lavoro che avevano fatto.

Nessuna famiglia o bambino, poi, si è dimostrato diffidente e con quest'esperienza hanno fatto italiano, tecnologia, ...; hanno fatto socialità, che in questo momento manca tanto, e **l'esperienza ha creato integrazione** perché le coppie sono state sorteggiate. I costumi che sono stati fatti, inoltre, sono stati fatti con materiali di riciclo. I baccelli con i fagioli vengono da carta riciclata e i fagioli stessi sono fatti con della gomma piuma di un divano che stava per essere buttato e con delle vecchie calze, legati tra di loro e dipinti con della vernice spray. Una cosa semplice e comunque solo con materiali di riciclo. Anche qui l'aspetto ecologico ha avuto la sua valenza che non è stata per niente indifferente.

*I bambini si porteranno dentro che MasterChef si può fare anche a Ponte S. Nicolò; che si può fare in casa dell'amico ma anche di quello che è un po' meno amico. E, inoltre, sono diventati veramente molto critici rispetto all'uso dei legumi e di altri alimenti e **sanno discriminare e riconoscere molto bene quelle che sono le proprietà di ogni elemento nutritivo** che ritroviamo nei legumi, nelle verdure ...*



Quanto tempo dedicate a scuola alla sana alimentazione?

Chi, come me, ha il tempo pieno, ovviamente ha qualche spunto in più, perché passa anche del tempo in mensa, e quindi può aiutare i bambini a selezionare piuttosto che a mettere insieme elementi nutritivi. **Spesso capita che l'educazione alimentare si fa in modo interdisciplinare**, nel senso che trovi una lettura, fai un'attività di educazione motoria e quindi ci legghi l'educazione alimentare. Si fa un'oretta alla settimana che però è sempre inserita in altri lavori.

Vorreste un appoggio dalla realtà della mensa scolastica?

Io assolutamente sì. Vorrei per esempio il km 0, non vorrei mangiare le zucchine e i fagiolini in inverno, non vorrei continuare a mangiare le mele in giugno ... ma ci sono altri fattori, come i costi, che incidono e che non c'entrano con noi insegnanti. Ma non c'entrano nemmeno con la sana alimentazione.

Progetti futuri? Il vostro entusiasmo per il progetto di educazione alimentare è ancora vivo?

Io non mi tirerò mai indietro, perché, come dicevo all'inizio, Le Buone Abitudini noi le stiamo vivendo da più anni; stiamo seguendo il progetto da più anni. Riceviamo a scuola tutti i kit per far lavorare i bambini, vengono a fare le rappresentazioni a scuola e i bambini le accolgono con un entusiasmo incredibile.



RUBANO Primaria G.PASCOLI



Nome dell'insegnante referente del progetto **Marini Nicoletta**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **12**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **274**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **6**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**
- **Legumi: proteine vegetali**

Attività di supporto svolte:

- **13 marzo 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCCHI"
- **24 aprile 2017** Rappresentazione Teatrale "IL PROFESSOR CICERCHIA E IL TESORO DEI LEGUMI"

Marini Nicoletta

Riteniamo che le attività proposte siano state stimolanti e adeguatamente supportate dai libri operativi, dai cartelloni e dal materiale corredato. L'esposizione dei contenuti utilizza, talvolta, un linguaggio troppo specifico, non del tutto adeguato all'età degli alunni della scuola primaria, ed è necessario operare delle scelte sugli argomenti da proporre perché risultano complessi.

Le rappresentazioni teatrali sono state coinvolgenti, accattivanti, divertenti; hanno fatto interagire i bambini e hanno consolidato i contenuti proposti in classe.

Ci siamo attenuti alle attività proposte del progetto perché è corposo, ben strutturato e completo ed è stato avviato ad inizio marzo.

Come scuola richiediamo di poter coinvolgere le famiglie attraverso un incontro di presentazione e di approfondimento con l'intervento di un medico nutrizionista all'inizio del prossimo anno scolastico.

SANT'ANGELO DI PIOVE DI SACCO Primaria DON MILANI

Nome dell'insegnante referente del progetto **Wilma Ferrarese**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **4**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **89**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**

Attività di supporto svolte:

- **19 aprile 2017** Laboratorio "CARBOIDRATI: CHE SCOPERTA!"
- **20 aprile 2017** Laboratorio "CARBOIDRATI: CHE SCOPERTA!"

Wilma Ferrarese

Alle classi terze è stato proposto di creare e sperimentare ricette che contenessero spezie e/o erbe aromatiche, quelle più consigliate verranno presentate al ritorno a scuola a settembre. Si pensava, a coronamento del percorso effettuato quest'anno, se fosse possibile nel mese di ottobre, poter effettuare il laboratorio proposto presso l'Interspar di Albignasego alla presenza dello chef Polato, magari coinvolgendo qualche genitore, volto a riflettere sull'importanza di acquistare cibi sani, a utilizzare le spezie quali sostituti di sale e zucchero, a fare un uso equilibrato dei vari saporitori di alimenti presenti in commercio.

Considerata la **validità delle vostre iniziative che di anno in anno curate e migliorate con passione**, si auspica in un prosieguo di collaborazione. Le insegnanti della scuola materna del nostro Istituto hanno manifestato interesse per le vostre iniziative, in particolare il percorso “Verdura e frutta: carboidrati indispensabili”. Ringrazio di cuore Anna Sciortino e Despar e tutti gli operatori per averci dato un’**opportunità ineguagliabile**.

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Per le famiglie dell'Istituto è stata organizzata l'incontro interattivo con il nutrizionista Brocadello coadiuvato da 2 bravissimi attori. Tale iniziativa ha spinto le famiglie di classe seconda ad attivare una buona abitudine: far portare ai bambini 2 volte alla settimana la frutta a merenda.

SAONARA Primaria A.BORGATO

Nome dell'insegnante referente del progetto **Agostini Simonetta**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **10**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**
- **Legumi: proteine vegetali**

Attività di supporto svolte:

- **15 maggio 2017** Rappresentazione Teatrale “LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI”
- **18 maggio 2017** Rappresentazione Teatrale “LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCHI”



VILLATORA DI SAONARA Primaria GALILEO GALILEI

Nome dell'insegnante referente del progetto **Masi Rosa**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **10**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**
- **Legumi: proteine vegetali**

Attività di supporto svolte:

- **27 marzo 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI"
- **19 aprile 2017** Rappresentazione Teatrale "IL PROFESSOR CICERCHIA E IL TESORO DEI LEGUMI"
- **28 aprile 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCHI"
- **10 maggio 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI"

Masi Rosa

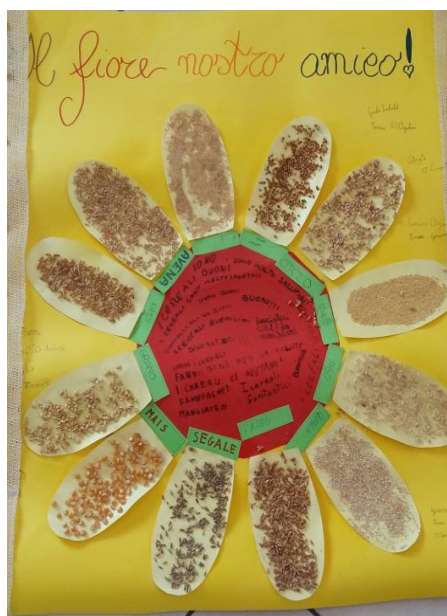
La rappresentazione del dott Cicerchia è stata molto apprezzata dai bambini. Gli attori sono stato veramente bravi. Complimenti.

Grazie per l'amore che mettete nelle cose che fate.

Una sola parola per definire i ragazzi che sono venuti da noi per lo spettacolo "I CantaCuochi" ... STUPENDI.

Tutti sono tornati in classe (bambini e maestre) con il sorriso sulle labbra.

Bravi anche voi e la Despar per tutto quello che fate per noi.



FILASTROCCA SUI CEREALI

*"Crescon in grandi campi
e son buoni tutti quanti:
quando mangi il miglio
dopo corri come un coniglio,
grano saraceno
lo mangi in un baleno,
se il tuo piatto è pieno di riso
non mancherà mai un sorriso,
che bontà l'amaranto
piace a tutti davvero tanto."*



SELVAZZANO DENTRO Primaria MARCELLO



Nome dell'insegnante referente del progetto **Saraca Salvatrice**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **13**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**

Attività di supporto svolte:

- **22 febbraio 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCHI"
- **8 marzo 2017** Laboratorio Microscopia "I PRINCIPI DELLA SANA ALIMENTAZIONE"
- **10 aprile 2017** Rappresentazione Teatrale "IL PROFESSOR CICERCHIA E IL TESORO DEI LEGUMI"
- **27 aprile 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCHI"

Saraca Salvatrice

Anche quest'anno il progetto "**Le Buone Abitudini**" ci ha colpito per la qualità di tutti i materiali e di tutte le attività che sono state proposte. Le guide di tutti i percorsi da noi scelti, le schede per gli alunni, i poster e i contenuti delle scatoline hanno per noi un valore grande perché ci permettono di affrontare un tema a 360 gradi e poter poi declinare lo stesso non solo in modo interdisciplinare ma anche calandolo nell'argomento che la classe deve affrontare per seguire il programma ministeriale. Quindi i materiali de "Le Buone Abitudini" vengono da noi utilizzati ad esempio per ripassare un argomento di studio affrontato precedentemente, oppure per presentarlo e iniziare a studiarlo oppure ancora per approfondirlo e soffermarci a riflettere maggiormente. Ecco perché **per noi questi percorsi sono di gran valore e sono stati inseriti nel nostro POFT.**

Nelle diverse classi sono state realizzate differenti attività prendendo come spunto i materiali proposti dai percorsi. In una classe l'insegnante ha scaricato da internet un'applicazione e un programma che faceva "suonare" la frutta e la verdura che aveva portato in classe quando gli alunni la toccavano. Non è descrivibile l'entusiasmo dei bambini che divertendosi hanno iniziato a conoscere e familiarizzare con alimenti, per alcuni, mai assaggiati prima. In un'altra classe, invece, dopo aver appeso il poster delle spezie e erbe aromatiche i bambini hanno creato il gioco del "memory" e numerose ricreazioni sono trascorse indovinando le coppie di spezie e erbe aromatiche per poi consultare il poster per ricordare le loro sane proprietà e le ricette sperimentate. **I bambini stranieri hanno potuto con gran orgoglio far conoscere ai compagni alcune spezie che a casa loro vengono molto utilizzate.**

I bambini si sono divertiti moltissimo a realizzare elaborati, disegni, ricette e in simbiosi al progetto hanno curato l'**orto della scuola**. Grazie a questo hanno potuto assaggiare diverse verdure e frutti e mangiarli spesso a scuola come merenda.

Per sostenere "Le Buone Abitudini" abbiamo affiancato a questo altri progetti come ad esempio "la settimana dell'arcobaleno in mensa" o "Merenda sana" o "la giornata con il menù regionale a mensa" o "Frutta nelle scuole con le centrifughe" oppure ancora "l'importanza della prima colazione". Tutti hanno l'obiettivo di far comprendere agli alunni l'importanza del sedersi a tavola insieme, il pasto è un momento importante per socializzare e relazionarsi con coetanei e adulti. Importante è sedersi a tavola in compagnia ma anche poter e saper scegliere tra cibi diversi per sapori e qualità/principi nutritivi sani.

I GENITORI PARLANO DI NOI

*I genitori lungo tutto l'anno scolastico sono stati molto sensibili e attenti alle proposte degli insegnanti e **grazie al progetto "Le Buone Abitudini" conoscono molte farine integrali e spesso portano a scuola ricette preparate con i figli** da offrire ai compagni dove l'ingrediente nuovo da scoprire è una spezia. **Sono stati coinvolti non solo i genitori ma anche i nonni** che in alcune occasioni sono venuti a scuola per condividere con i nipoti merende sane e gustose.*

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

I momenti, non solo della merenda e del pranzo, ma anche, in alcune mattinate, della colazione sono stati caratterizzati da attenzione, tempo e cura. I bambini hanno potuto fare colazione insieme a scuola ognuno con la propria tovaglietta e tazza. I cibi offerti sono stati abbondanti e vari e i bambini hanno potuto scegliere, assaggiare e osservare il proprio compagno cosa mangiava senza fretta e in un clima di serenità e tranquillità insieme alle maestre.

***Sempre più frequentemente durante la ricreazione gli alunni si avvicinano alle insegnanti per riferire come la merenda che hanno portato a scuola quel giorno "non sia sana" e che per il giorno successivo si impegnano a portare un frutto o un pezzo di torta preparata con la nonna.** I bambini riconoscono e hanno compreso quali alimenti fanno bene per la propria salute e crescita e quali invece possono danneggiarla se assunti tutti i giorni e in grandi quantità.*

Le colazioni preparate a scuola hanno permesso ad alcuni alunni che a casa non avevano mai fatto la prima colazione perché sentivano un senso di nausea di poter assaggiare molti cibi e da quel giorno di non aver mai più fatto a meno di un pasto così importante per affrontare con forza la giornata.



VEGGIANO Primaria MANZONI



Nome dell'insegnante referente del progetto **Massaro Monica**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **12**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **260**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**
- **Legumi: proteine vegetali**

Attività di supporto svolte:

- **6 aprile 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCHI"
- **10 aprile 2017** Laboratorio Microscopia "I PRINCIPI DELLA SANA ALIMENTAZIONE"
- **26 aprile 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI"

Massaro Monica

Utilissimi sono stati le scatole e i Kit contenuti in esse, perché hanno dato la possibilità ai bambini di conoscere da vicino contenuti che spesso rimangono solo nelle foto nei testi didattici. **I bambini, soprattutto dopo gli spettacoli teatrali, hanno assunto un comportamento più responsabile nella scelta e della merenda e dei cibi in generale.** Sia il laboratorio che le rappresentazioni non solo sono stati utili e ben strutturati, ma hanno coinvolto gli alunni in modo completo permettendo riflessioni utili e motivanti al percorso da svolgere. Il percorso, anche se non sviluppato in modo approfondito, ha portato i bambini a modificare il loro pensiero nei confronti della sana alimentazione.

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

*Per le classi prime e seconde la rappresentazione teatrale proposta è stata entusiasmante e ha modificato il modo di fare merenda. **C'è stato un incremento di frutta e verdura, non solo nei giorni assegnati alla merenda sana (progetto di plesso), ma anche nei giorni in cui la merenda era a scelta e molti bambini hanno preferito comunque portare frutta o verdura.***

CODIVERO DI VIGONZA Primaria MANZONI

Nome dell'insegnante referente del progetto **Bruchi Flaminia**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **5**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **90**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**
- **Legumi: proteine vegetali**

Attività di supporto svolte:

- **24 marzo 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI"

Bruchi Flaminia

I bambini hanno sottolineato spesso che sono state consumate merende più sane: meno succhi e più frutta.

Si auspica una collaborazione con Despar anche per l'anno prossimo, in particolare ci piacerebbe che fosse incrementata la formazione serale rivolta alle famiglie in quanto abbiamo riscontrato esiti più che positivi.



FERRARA

1[^] EDIZIONE

77 CLASSI
4 COMUNI

Nome dell'insegnante referente del progetto: **Zaghi Maria Angela**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **8**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **160**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **8**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**

Attività di supporto svolte:

- **11 maggio 2017** Rappresentazione Teatrale "IL PROFESSOR CICERCHIA E IL TESORO DEI LEGUMI"
- **18 maggio 2017** Rappresentazione Teatrale "IL PROFESSOR CICERCHIA E IL TESORO DEI LEGUMI"

Zaghi Maria Angela

Le attività sono interessanti, stimolanti e gradite dai bambini. Appena abbiamo ricevuto la "Scatola delle buone abitudini" i bambini sono stati felici e curiosi di scoprirne il contenuto e l'argomento da approfondire durante l'anno. Lo svolgimento del lavoro è partito dalle attività presenti nel fascicolo, poi ogni classe ha approfondito gli argomenti più graditi, tenendo conto della trasversalità didattica e coinvolgendo anche le famiglie. Le classi 1^a e 4^a hanno trattato l'argomento delle spezie. Ci piacerebbe realizzare un orto nel giardino della scuola in modo da seminare concretamente alcuni degli alimenti che sono alla base dell'alimentazione. Le classi 2^a invece hanno scelto il programma verdura e frutta, impegnando gli alunni in attività di osservazione guidata per cogliere nelle piante le parti visibili e non, e per distinguere e denominare ciò che si può mangiare da ciò che non è commestibile. **I bambini hanno partecipato con interesse e hanno portato a scuola libri di approfondimento.** L'attività sulla stagionalità si è conclusa con la costruzione di un calendario personale e la realizzazione di un elaborato grafico pittorico. La rappresentazione teatrale, infine, era ben strutturata e bravi gli attori, che attraverso la magia del teatro, hanno trasmesso informazioni e conoscenze coinvolgendo i bambini in un clima di serenità e divertimento.

Bentivoglio Monica e Barioni Fiorella

Il percorso le "Buone abitudini", argomento "le spezie", è stato gradito dalla classe. Sono state realizzate varie attività che coinvolgevano i cinque sensi. L'insegnante ha educato gli allievi ad una sana e corretta alimentazione invitando le famiglie a scoprire quali sono i benefici che si possono ricavare nell'utilizzare le piante e le spezie indicate. E' stato spiegato il corretto utilizzo delle piante aromatiche, ed è stato spiegato che a dosi elevate possono diventare nocive soprattutto per i bambini poiché il loro apparato digerente è più delicato di quello degli adulti. La visita alla fattoria didattica di "Zia Isa" è stata organizzata con un percorso particolare sulle piante aromatiche del nostro territorio: quelle che vengono coltivate, e quelle che vengono raccolte in boschi o nelle campagne. Abbiamo raccolto le ricette culinarie Tradizionali della nostra terra.



UN PICCOLO GESTO...
UN GRANDE CAMBIAMENTO

Grazie all'aiuto dei genitori, i bambini hanno sperimentato, documentato e gradito le ricette cucinate.



GORIZIA

3[^] EDIZIONE

5 CLASSI

1 COMUNE

GORIZIA Primaria UNGARETTI



Nome dell'insegnante referente del progetto:

Franch Fulvia e Palomba Elena

Numero delle classi coinvolte nel progetto **5**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **97**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**
- **Legumi: proteine vegetali**

Attività di supporto svolte:

- Laboratorio sui carboidrati "CARBOIDRATI CHE SCOPERTA"

Palomba Elena

I percorsi non sono stati sviluppati poiché eravamo in attesa di un intervento in classe.

Solo la classe V ha sviluppato un percorso individuale sulla base del materiale ricevuto.

Restiamo in attesa di poter sviluppare ad inizio anno il percorso congiuntamente con la vostra disponibilità a coadiuvarci.

A maggio purtroppo, nonostante la vostra buona volontà, non siamo riusciti a fissare la giornata a Udine perché ormai c'erano troppi appuntamenti di fine anno legati ai progetti a cui avevamo aderito.



TRENTO

1^a EDIZIONE

5 CLASSI
1 COMUNE

ROVERETO Primaria VERONESI



Nome dell'insegnante referente del progetto **Manica Lucia**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **2**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**

Attività di supporto svolte:

- Laboratorio sui carboidrati "CARBOIDRATI CHE SCOPERTA"

Manica Lucia

Durante l'anno scolastico in classe quinta abbiamo dedicato particolare attenzione alle buone abitudini alimentari.

Il percorso è stato ricco di esperienze significative tra cui interviste a un pediatra.

Nel laboratorio abbiamo potuto approfondire con l'esperto il tema in modo operativo, per diventare ancora più consapevoli delle nostre scelte alimentari.

Ho apprezzato molto l'approccio concreto. Questa mattina ho ripreso alcuni contenuti affrontati ieri e ho fissato l'esperienza sul quaderno in modo che i ragazzi possano condividerla con le famiglie come è nostra abitudine.

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Alcuni commenti dei ragazzi di quinta:

Giovanni Z.: "Abbiamo capito che ci sono due tipi di zuccheri, semplici e complessi. Ho scoperto che il cioccolato fondente appartiene al gruppo degli zuccheri complessi"

Nicolò B.: "Ho capito che le caramelle mi danno energia ma solo per poco tempo..."

Gabriele: "Agli amici consiglierei un frutto e una spremuta come merenda"

Nicolò C.: "Non pensavo che nei succhi di frutta ci fosse tanto zucchero"

Chiara: "l'insegnante Alice era disponibile e ci incoraggiava. Mi è piaciuta tanto la parte artistica"

Eleonora: "Ho capito che in realtà a noi serve poco zucchero per darci energia"

Elena: "Pensavo che il cibo servisse solo per nutrirci. Ieri ho scoperto che dai cibi si possono ottenere dei colori".



TREVISO

3[^] EDIZIONE

17 CLASSI
1 COMUNE

CASIER Primaria SAN FRANCESCO D'ASSISI



Nome dell'insegnante referente del progetto **Bonato Dina**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **6**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**

Attività di supporto svolte:

- **21 aprile 2017** Rappresentazione teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCHI"
- **31 maggio 2017** Rappresentazione teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI"

Bonato Dina

Durante i mesi settembre/ottobre 2016 è stato svolto un laboratorio sull'educazione alimentare che ha coinvolto più discipline con la costruzione di un "libro" a completamento degli argomenti studiati. Le insegnanti hanno lavorato sulla ricerca del materiale e hanno partecipato economicamente per la buona riuscita del progetto.

Nella costruzione del libro si è utilizzata la carta da pacchi che è stata legata con spago al centro, le pagine di formato A3 (doppio). Le discipline coinvolte: italiano, scienze, arte e immagine, musica... Durante i vari laboratori i bambini hanno sperimentato tecniche di pittura con tempera e timbri fatti con ortaggi e verdure, sperimentazione di vari semi e spezie, dei luoghi di produzione e di provenienza, poesie sul pane (G. Rodari), introduzione della giornata mondiale dell'alimentazione (16 ottobre), giochi di enigmistica sui cibi, semaforo della giusta alimentazione, simbolizzazione dei cibi spazzatura, catena alimentare...

Le famiglie sono state coinvolte nell'approfondimento a casa attraverso il testo regolativo (ricerca di ricette), memorizzazione della poesia "il pane".

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Tutti i bambini sono stati piacevolmente coinvolti anche attraverso esperienze sensoriali come: riconoscimento degli odori, aromi, profumi, sapori...ma anche toccare con mano i vari semi per posizionarli tra le pagine del libro, si sono impegnati nella ricerca a casa di ricette sane ed hanno cominciato ad apprezzare e riconoscere come "buoni" alcuni alimenti che prima evitavano, ad esempio: la frutta.

DOSSON di CASIER Primaria DANTE ALIGHIERI

Nome dell'insegnante referente del progetto **Clari Paola**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **11**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **230**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **5**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**

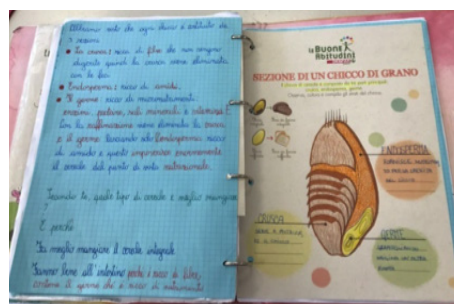
Attività di supporto svolte:

- **31 marzo 2017** Rappresentazione teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCHI"
- **29 marzo 2017** Rappresentazione teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI"

Clari Paola

Tutte le insegnanti rilevano la seguente criticità: il tardivo arrivo dei materiali didattici necessari per creare i vari percorsi formativi, consegnati a marzo inoltrato dopo svariate sollecitazioni telefoniche e scritte alla segreteria, ha posticipato l'inizio del progetto stesso che ha trovato in seguito difficoltà di realizzazione in quanto si sono andati sovrapponendo altri impegni e attività programmati ad inizio anno. Pertanto, talune insegnanti non hanno ritenuto opportuno avviare il progetto, mentre altre hanno dedicato alcune lezioni ai percorsi proposti. Queste ultime sostengono di aver trovato le attività e i contenuti didattici interessanti ed adeguati alle diverse fasce d'età degli alunni e hanno provveduto a personalizzarle e a svilupparle secondo gli interessi degli alunni stessi. Anche le rappresentazioni teatrali, assai divertenti, hanno rappresentato uno spunto per l'approfondimento. Sono stati prodotti cartelloni murali, elaborati scritti, disegni e illustrazioni fatti dagli alunni; proposte attività esperienziali utili a far capire la differenza tra i vari tipi di cereali nonché tra i raffinati e gli integrali: semplici gesti verso una corretta alimentazione.

Quelle attività di coinvolgimento della famiglia come la raccolta e/o compilazione di alcune pagine del quaderno non hanno avuto riscontro positivo.





46 CLASSI
6 COMUNI

OSOPPO

Primaria DANTE ALIGHIERI



Nome dell'insegnante referente del progetto: **Forgiarini Enrichetta**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **5**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **75**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **3**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**
- **Legumi: proteine vegetali**

Attività di supporto svolte:

- **23 maggio 2017 DESPAR FESTIVAL**

Forgiarini Enrichetta

La manifestazione "Despar Festival" è stata gradita, è risultata ben strutturata e coinvolgente; ha fornito agli alunni utili spunti di riflessione su attività svolte ed abitudini già acquisite, rinforzando i comportamenti positivi rivolti sia al rispetto dell'ambiente che a una corretta educazione alimentare.

Si ribadisce la validità del progetto sia per il supporto fornito per svolgere le attività in classe con i bambini, sia per i laboratori ludico-teatrali realizzati a Udine; unica criticità può essere rilevata nella ritardata consegna del materiale cartaceo (mese di marzo).

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

I bambini hanno posto maggiore attenzione ai seguenti aspetti: risparmio idrico, raccolta differenziata, sana alimentazione preferendo frutta e cibi sani.

Alcuni alunni hanno continuato il "gioco degli Spre- controllori" in classe, in mensa e durante i vari momenti di vita scolastica.

TARCENTO

Primaria OLINTO MARINELLI

Nome dell'insegnante referente del progetto: **Migliore Simona**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **3**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **40**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **3**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**

Attività di supporto svolte:

- **26 maggio 2017 DESPAR FESTIVAL**

Migliore Simona

La proposta nuova e dinamica ha solleticato i bambini su prodotti di cui comunque sentono parlare tutti i giorni, ma senza possedere effettivamente l'importanza di alcuni contenuti. Attraverso il gioco e una serie di confronti stimolanti tra cui l'utilizzo del quadernetto operativo, tutto è stato affrontato come un gioco, un gioco che ha contribuito a fissare in loro alcuni concetti chiave.

Il laboratorio diviso per momenti tutti divertenti, ma significativi, ha reso piacevolissima la giornata e ha lasciato un ricordo indelebile nei ricordi dei bambini.

Gli attori sono stati professionali e coinvolgenti in ogni momento della loro performance. È stata creata con i bimbi una tabella con l'elenco della verdura e frutta più conosciuta. Per ognuna abbiamo indicato con colori diversi la stagionalità, facendo attenzione a far ben comprenderne il significato.

In alcuni casi è stata portata della frutta in classe e fatta assaggiare per conoscerne sapore e profumi.

L'intero Progetto è stato condotto con la massima professionalità e preparazione. Tutto è stato organizzato nei minimi dettagli, compresa la merenda durante la giornata di trasferta. Naturalmente sarebbe indicativo se le stesse classi venissero coinvolte nei progetti Despar o comunque in seno al progetto "Le buone abitudini" nel corso dell'anno scolastico o non solamente all'interno di un singolo periodo didattico.

Un'ultima considerazione: i kit quest'anno sono arrivati molto tardi, quasi a ridosso dell'evento finale nonostante l'adesione data a Ottobre. Se fosse possibile, per le prossime edizioni, poter contare su qualche mese in più per affrontare il progetto.

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Il motto "SPREPALETTA, SPRECONTROLORE" è diventato di uso comune non solo a scuola. Alcuni genitori raccontano di atteggiamenti da "controllore" a casa nelle occasioni più disparate.

TRASAGHIS Primaria A. VOLTA

Nome dell'insegnante referente del progetto: **Tramontin Angela**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **2**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **32**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **1**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**

Attività di supporto svolte:

- **24 maggio 2017 DESPAR FESTIVAL**

Tramontin Angela

Ritengo, anche a nome dei colleghi che mi hanno accompagnata nell'uscita con i bambini che il percorso sia stato stimolante e i vostri "protagonisti" molto coinvolgenti e accattivanti per la curiosità dei nostri piccoli.

Ottima l'organizzazione delle rappresentazioni e l'empatia che gli "attori" sapevano creare con i nostri alunni. **Ritengo che questo tipo di attività, così strutturata sia da potenziare nel corso dell'anno con più interventi visto che la "scuola laboratoriale" è un modo efficiente ed efficace per far apprendere** con la partecipazione diretta (attori i nostri bimbi) regole basilari per la crescita e non solo. Un sentito ringraziamento dagli alunni e insegnanti delle classi prima e seconda della scuola primaria di Alesso con l'augurio di rivederci il prossimo anno.

Nome dell'insegnante referente del progetto: **Ferraretto Paola**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **2**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **30**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **4**

Percorsi:

- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**

Miotti Simonetta

Premetto che **il contenuto è stato adattato ai bambini della scuola dell'infanzia**, i quali hanno seguito e lavorato con molto entusiasmo alle varie attività proposte: letture sull'importanza di una sana alimentazione e attività fisica, costruzione della piramide alimentare, consumo quotidiano di frutta e verdura secondo la stagionalità.

È stato sviluppato un percorso approfondito sia sulla stagionalità dei prodotti sia sulla piramide alimentare attraverso momenti di gioco (utilizzando il contenuto del kit despar, un semaforo alimentare e una tombola degli alimenti). Abbiamo proposto attività per approfondire l'importanza del consumo dei diversi alimenti con particolare attenzione agli zuccheri, inoltre abbiamo costruito una vera piramide alimentare con immagini ritagliate dai giornali. I bambini sono stati coinvolti anche nella realizzazione di un elaborato in stile Arcimboldo.

Abbiamo trovato il progetto davvero molto utile, è stato facile inserirlo e adattarlo nel progetto più ampio di educazione alimentare ideato dalla collega Paola Ferraretto. **Il riscontro è stato davvero positivo, proseguiremo sicuramente anche il prossimo anno scolastico. Grazie per la vostra disponibilità!**



UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

È stata consegnata ad ogni bambino una copia del quaderno delle attività in modo da poter continuare il lavoro in famiglia, i genitori hanno dimostrato grande interesse e partecipazione. È rimasta ben impressa l'importanza di limitare il consumo di certi alimenti (dolci, zuccheri, etc.) lasciando spazio a frutta e verdura.

UDINE Primaria ZORUTTI

Nome dell'insegnante referente del progetto:

Canale Silvana e D'Ambrosi Andreina

Numero delle classi coinvolte nel progetto **8**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **141**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **18**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**
- **Legumi: proteine vegetali**

Attività di supporto svolte:

- **22 maggio 2017 DESPAR FESTIVAL**

D'Ambrosi Andreina

I percorsi di educazione alimentare sono risultati adeguati e stimolanti per gli alunni.

Molto interessante è risultato il quaderno operativo. Ogni attività del quaderno operativo rimandava alle corrispondenti schede didattiche della guida per l'insegnante dove erano riportate le indicazioni operative per lo svolgimento del percorso.

Le attività hanno consolidato competenze trasversali riguardanti l'area dei linguaggi e altre aree disciplinari. Il quaderno operativo è stato ben studiato, lasciando libertà di utilizzo nei tempi richiesti dal gruppo classe e come detto, favorendo collegamenti con altri ambiti disciplinari.

Le schede hanno consentito l'interazione degli alunni con il materiale proposto. Utilizzate in classe come supporto per l'attività didattica e a casa come momento di riflessione sulle esperienze svolte (coinvolgendo anche i genitori, per esempio, con alcune ricette consigliate sul quaderno).

Quattro delle otto classi coinvolte nel progetto (II A- IIB -IIIA -VA) hanno partecipato all'attività "DESPAR Festival" il giorno 22 maggio. Gli alunni in modo ludico e interattivo hanno avuto modo di riflettere sulle buone alimentari e di comprendere i benefici o i problemi associati a determinati comportamenti di vita quotidiana.

Riteniamo che attraverso tali attività i bambini acquisiscano delle conoscenze utili a sviluppare una sensibilità nei confronti delle proprie abitudini alimentari e vengano stimolati a mettere in atto comportamenti sani e corretti. Le buone abitudini devono essere trasmesse "fin da piccoli".

Grazie per la disponibilità e professionalità dimostrata!





VENEZIA

3[^] EDIZIONE

33 CLASSI
4 COMUNI

Nome dell'insegnante referente del progetto **Nalon Giuliana**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **10**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **204**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **8**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**
- **Legumi: proteine vegetali**

Attività di supporto svolte:

- **21 marzo 2017** Laboratorio Microscopia "I PRINCIPI DELLA SANA ALIMENTAZIONE"
- **23 marzo 2017** Laboratorio "CARBOIDRATI: CHE SCOPERTA!"
- **30 marzo 2017** Laboratorio "CARBOIDRATI: CHE SCOPERTA!"
- **4 aprile 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCHI"

Nalon Giuliana

CLASSI PRIME

Percorso "Aromatiche e spezie - percorso sensoriale"

L'insegnante della classe prima ha chiesto ai genitori degli alunni di scrivere una o più ricette dove fossero utilizzate le spezie. **Vi è stata un'ottima risposta da parte delle famiglie e poiché più di metà classe è formata da alunni stranieri, il risultato è stato un ricettario internazionale** che ha descritto le abitudini alimentari di più parti del mondo. Le ricette sono state attaccate in un cartellone in classe.

CLASSI SECONDE

Percorso "Aromatiche e spezie -percorso sensoriale". Senso udito.

Costruzione di un "MEMORY SONORO CON LE SPEZIE"

Materiali:

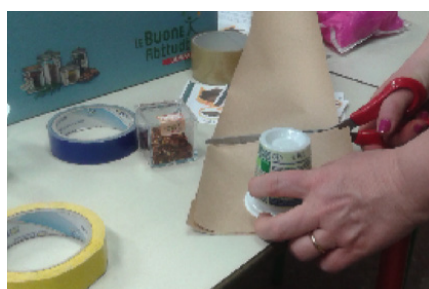
Vasetti di yogurt (sono stati usati quelli della mensa scolastica per averli tutti uguali).

Carta da pacchi (va bene una qualsiasi copertura purché opaca).

Scotch giallo e blu (o altri due colori a piacere).

Due fotocopie a colori (a colori sono più belle, ma si possono fare anche in bianco e nero) dei simboli delle spezie (sono stati usati quelli della scheda della VISTA).

Scatoline delle spezie fornite nel kit.



INDOVINA LA SPEZIA

La classe viene divisa in 5 squadre (noi abbiamo usato i nomi dei cinque continenti ispirandoci al poster presente nel kit).

L'insegnante (seguendo la tabella ripresa dalla guida Despar) inizialmente dice il nome di due spezie, la provenienza, la parte utilizzata e legge lentamente una breve descrizione dell'uso in cucina.

Una volta memorizzate le prime due si inizia la gara.

L'insegnante rilegge le caratteristiche di una spezia e le squadre a turno, provano ad indovinare di che spezia si tratta. Un punto per chi indovina. Vince chi arriva per primo a 10, oppure chi fa più punti entro un certo tempo (la cosa è variabile si può decidere in base alla propria preferenza). Man mano si aggiunge una spezia e la gara diventa più avvincente.

LO SCATOLONE NASONE

Questa è un'idea trovata in internet e leggermente modificata.

E' stato costruito uno scatolone che richiamasse i 5 sensi quindi con gli occhi, un grande naso, le orecchie, la lingua (nella lingua è stato riprodotto il poster del gusto presente nel kit, con i diversi colori in base ai gusti percepiti dalla lingua) e con due fori laterali un po' più grandi delle mani dei bambini. Lo scatolone era aperto dietro per permettere di posizionare facilmente un piattino di plastica con le spezie.

GIOCO: L'insegnante mette in tre piattini, tre diverse spezie (noi abbiamo usato cardamomo, chiodi di garofano e finocchio perché abbastanza diverse tra loro). Un bambino a turno esce dalla classe e l'insegnante mette uno dei piattini dentro lo scatolone. Bisogna indovinare il nome della spezia infilando le mani nei fori laterali e toccando il contenuto del piattino. (A volte i bambini oltre a toccare le spezie, si annusavano le mani per cercare di indovinare anche attraverso il senso dell'olfatto).



LA PASTA TATTO-OLFATTO

Questa è un'idea trovata in internet e leggermente cambiata.

E' stata usata della farina, del sale e un po' d'acqua per creare la pasta di sale e i bambini divisi in cinque diversi punti della classe, hanno aggiunto poi una spezia. Sono state utilizzate le seguenti spezie/aromatiche: curcuma, cannella, noce moscata, basilico e origano. Con delle formine dei biscotti la pasta è stata modellata e sono state create delle forme da appendere che hanno assunto i colori delle varie spezie utilizzate. Sono stati effettuati anche alcuni collegamenti con la MATEMATICA costruendo un grafico per vedere quali siano le spezie più gradite dai bambini e quelle che invece non hanno ricevuto molte preferenze.



Altri collegamenti sono stati possibili con l' ITALIANO per quanto riguarda le descrizioni e l'uso degli aggettivi legati all'osservazione delle spezie.

CLASSI QUARTE

Percorso "Cereali integrali: 12 doni della natura"

L'insegnante di scienze ha provato a far piantare ai bambini tutti i 12 tipi di cereali presenti nelle scatoline del kit.

Inizialmente i semi sono stati messi nel cotone e successivamente nei vasetti con la terra. Alcuni sono germinati altri invece no. La piantina nata dal seme del mais ha raggiunto circa i 20 cm. Questa attività ha permesso di osservare la crescita e lo sviluppo delle diverse piantine. I bambini poi hanno portato a casa i vasetti.

CLASSI QUINTE

Percorso "Legumi = proteine vegetali"

In concomitanza con la settimana dello sport, l'insegnante di scienze, ha proposto un lavoro di collegamento tra alimentazione e pratiche sportive.

Attraverso l'utilizzo di ricerche in internet e la consultazione della guida fornita da Despar, è stato calcolato il fabbisogno di calorie, proteine, zuccheri ecc. in base al tipo di sport praticato. Questa attività è stata poi sviluppata anche in matematica attraverso la costruzione di grafici e tabelle.

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

I bambini hanno acquisito una certa familiarità e dimestichezza con le spezie e in particolare li ha colpiti toccare la curcuma per il colore giallo che li faceva diventare, a loro dire, come dei "Minions".

In mensa di fronte a certe pietanze riconoscevano l'utilizzo di alcune spezie aromatiche per esempio nella pasta al pesto.

C'è stata una maggior attenzione all'alimentazione e ad un maggior consumo di frutta e verdura soprattutto durante il momento della merenda.

L'educazione alimentare è un processo assai lungo e delicato in cui il bambino deve essere accompagnato con molta attenzione. Attraverso la pazienza e la perseveranza molti alunni accettano di assaggiare nuovi cibi e scoprono gradualmente gusti diversi magari mai provati prima.

<http://www.comprensivocolombo.gov.it/2017/05/le-buone-abitudini-a-santa-barbara/>



CHIRIGNAGO Primaria COLOMBO

Nome dell'insegnante referente del progetto **Gallo Nadia**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **14**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **293**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare?

Tutte le insegnanti.

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**
- **Legumi: proteine vegetali**

Attività di supporto svolte:

- **30 marzo 2017** Rappresentazione teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI"
- **20 aprile 2017** Rappresentazione teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCHI"
- **27 aprile 2017** Rappresentazione teatrale "IL PROFESSOR CICERCHIA E IL TESORO DEI LEGUMI"

Gallo Nadia

Abbiamo seminato nell'orto della scuola orzo, avena e grano. Nella preparazione dell'orto sono stati coinvolti alcuni genitori. L'orto è comunque in una posizione visibile a tutti.

Il progetto è stato accompagnato da altre iniziative quali "più frutta a scuola" che prevede la merenda a base di frutta, e "l'orto dei sapori e dei saperi" alla gestione del quale partecipa gran parte della scuola. Abbiamo apprezzato molto l'iniziativa e aspettiamo nuove proposte per il prossimo anno.

<http://www.comprensivocolombo.gov.it/2017/05/buone-abitudini-e-teatro/>



ASSEGGIANO DI CHIRIGNAGO Primaria IVANO POVOLEDO

Nome dell'insegnante referente del progetto **Contavalli Vania**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **2**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **33**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **2**

Percorsi:

- **Cereali integrali: 12 doni della natura**
- **Legumi: proteine vegetali**

Attività di supporto svolte:

- **12 maggio 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI"

Contavalli Vania

Gli alunni hanno fatto a casa ricerche individuali sui cereali. Ciascun bambino dopo l'ha esposta in classe in piccolo gruppo. Ogni piccolo gruppo si è specializzato nei cereali riportati dai bambini appartenenti al gruppo stesso e a rotazione i membri del gruppo esponevano nei vari altri gruppetti. Dopo alcune rotazioni dei membri del gruppo tutta la classe ha potuto ascoltare le diverse esposizioni su tutti i dodici cereali. Le ricerche individuali sono state appese in classe come decorazioni.

Negli ultimi giorni dell'anno abbiamo giocato alla tombola e come premi hanno potuto portare a casa i cartelloni del progetto sui 12 cereali.

Tra tutte le varie attività, la più bella e memorabile è stata sicuramente lo spettacolo teatrale, che ha saputo coinvolgere e divertire, i bambini tanto che **anche nei giorni seguenti tra loro hanno continuato a parlare di Quinoa e Amaranto e a imitare le voci e gli scherzi dei personaggi della storia**. Gli alunni della mia classe per l'occasione avevano preparato delle domande sulle principali curiosità che avevano relativamente ai cereali (storia, diffusione, uso, tradizioni e caratteristiche) da porre alle attrici. Al termine dello spettacolo, perciò c'è stata una mezz'ora di discussione e di lezione su ulteriori approfondimenti sui 12 cereali.

Personalmente reputo questa una unità didattica interessante e coinvolgente che ha effettivamente permesso agli alunni di essere più consapevoli rispetto alla loro alimentazione.

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

*L'unità didattica sulla conoscenza dei **12 cereali** è stata per i bambini di notevole interesse. Prima dello svolgimento ne conoscevano di nome solo alcuni, i più noti nella nostra cucina, come riso, mais, orzo e pochi altri ma li avevano visti solo dopo la cottura e li avevano consumati unicamente raffinati. Al termine, conoscevano i nomi di tutti ed erano quasi tutti in grado di riconoscere a colpo d'occhio i singoli chicchi. Gli alunni hanno preso coscienza inoltre della notevole differenza che c'è fra cereale raffinato ed integrale. **Alcune famiglie li hanno introdotti nei piatti a casa e molte hanno provato le ricette suggerite dalla guida didattica.***

OLMO DI MARTELLAGO Primaria GIOVANNI XXIII

Nome dell'insegnante referente del progetto **Elisabetta Setiffi**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **12**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**

Attività di supporto svolte:

- **8 marzo 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCHI"
- **17 maggio 2017** Rappresentazione Teatrale "IL PROFESSOR CICERCHIA E IL TESORO DEI LEGUMI"

Elisabetta Setiffi

Da molti anni il nostro plesso ha adottato il progetto “Le Buone Abitudini” e **ogni anno rinnoviamo la nostra adesione coinvolgendo nuove colleghe che arrivano nella nostra scuola.** Questo programma innovativo, rivolto ad alunni e insegnanti nonché genitori **ci ha dato la possibilità di conoscere ed approfondire l’aspetto culturale della salute e della sana alimentazione.**

Ogni classe gestisce il progetto autonomamente, anche perché vengono da noi scelti, di anno in anno, kit differenti. Quest’anno il progetto è stato sviluppato in modo interdisciplinare durante tutto il periodo scolastico ed ha coinvolto gli alunni in attività proposte in modo mirato riguardanti gli aspetti della conoscenza e della comprensione attraverso adeguati percorsi operativi.

Per esempio nel progetto “Spezie e Erbe Aromatiche” abbiamo integrato le seguenti materie e argomenti ai materiali del kit:

ITALIANO:

lettura e comprensione di testi informativi inerenti agli aromi e alle spezie;
intervista a un familiare per raccogliere informazioni sull’uso domestico delle spezie e degli aromi (sia in cucina che come rimedi ad alcuni fastidi);
esposizione orale sui dati raccolti;
il testo regolativo: scrivo una ricetta che contenga una spezia

MATEMATICA:

Indagine statistica sulle spezie possedute a casa;
Tabulazione dei dati raccolti per scoprire la moda;

SCIENZE:

Percorso sensoriale per conoscere e riconoscere le spezie attraverso l’olfatto, il tatto e la vista.

STORIA :

Lettura di testi storici che trattano l’impiego delle spezie nelle civiltà antiche.
La via delle spezie al tempo di Marco Polo

ARTE E IMMAGINE

Realizzazione di una dispensa che prevede tecniche miste per la titolazione e l’impaginazione.

Crediamo che i materiali dei diversi progetti siano molto utili e per noi acquistano un **valore aggiunto** perché, per quanto riguarda il contenuto, **seguono il programma scolastico ministeriale.** Ogni anno gli alunni, attraverso i materiali, conoscono e approfondiscono molti argomenti e spesso durante l’anno scolastico capita che noi insegnanti e i bambini andiamo a ricercare nel progetto svolto l’anno precedente qualche informazione e riprendendolo in mano ci capita di riflettere nuovamente sull’argomento sotto altri punti di vista.

Gli alunni sono sempre coinvolti in prima persona, in modo molto attivo e quindi il risultato di questo progetto è stato entusiasmante e molto apprezzato dai bambini stessi. Oltre al fatto che, lavorando in gruppi misti, i bambini hanno appreso e consolidato le informazioni sotto forma di divertimento, tra profumi e odori che hanno risvegliato tutti i loro sensi. Reputiamo che questo progetto sia stato valido e molto interessante. Per quanto riguarda le sane abitudini di vita di ciascuno di noi, non abbiamo potuto non tenere conto dell’attività sportiva e della corretta alimentazione ad essa legata pertanto, **nell’ambito della settimana dedicata allo sport nella scuola, abbiamo approfondito i criteri da seguire per praticare lo sport in sicurezza anche dal punto di vista alimentare** (nuoto, corsa, tennis...).

Durante tutto il tempo dell’anno scolastico si sono ricordati agli alunni gli insegnamenti appresi nel momento pratico della mensa, tempo di pausa per i bambini ma anche importante momento educativo dal punto di vista alimentare e della socializzazione.

Gli alunni sono stati ben sensibilizzati ed hanno manifestato interesse nell’apprendere nuove

conoscenze e nel mettere in atto comportamenti correttivi più sani. Nel corso del tempo, alle attività di comprensione si sono affiancate quelle di tipo pratico, come l'assunzione di frutta a scuola al momento della merenda e l'eliminazione delle merende meno sane.

I GENITORI PARLANO DI NOI

*La scuola insieme alle famiglie hanno condiviso e voluto affiancare a "Le Buone Abitudini" anche il progetto "Frutta nelle Scuole" e "Il Buon Samaritano" per promuovere sempre più una sana alimentazione. **Insegnanti e genitori hanno accordato un comune atteggiamento da proporre ai bambini: assaggiare tutto e non sprecare, buttare nulla.** Se un frutto non piace se ne propone un altro al fine di sensibilizzarli comunque al consumo di frutta. Un'attenzione particolare viene rivolta al momento del pasto sia a casa che a scuola in quanto l'adulto deve prendersi cura insieme al bambino di questi speciali e così importanti momenti per la crescita dei più piccoli e la salute di tutti.*

***A casa i genitori con i figli si sono divertiti moltissimo a preparare e gustare le ricette de "Le Buone Abitudini".** I bambini spesso hanno voluto trovarsi in piccoli gruppi per sperimentarsi come chef in nuovissime e numerose ricette e far gustare i loro piatti sani e buoni agli amici portandoli a scuola il giorno seguente.*

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

*Grazie a "Le Buone Abitudini" la scuola ha creato un orto nel giardino vicino alle classi. Alla conoscenza, alla riflessione e all'approfondimento i bambini hanno potuto unire il mettere in atto, il "fare" e soprattutto l'assaggiare i frutti che loro stessi hanno coltivato prendendosene cura giorno dopo giorno. Fagiolini, piselli, pomodori, peperoni, zucche.... li hanno toccati, annusati, assaggiati in classe dopo averli raccolti dal loro orto scolastico. **È un percorso che i bambini sentono familiare,** lo sentono proprio e in modo naturale anno dopo anno conoscono, assaggiano e mangiano insieme alimenti nuovi e salutari.*



Nome dell'insegnante referente del progetto **Gambarotto Marta**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **8**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **220**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **5**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**
- **Legumi: proteine vegetali**

Attività di supporto svolte:

- **9 giugno 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI"

Gambarotto Marta

CLASSI PRIME

Considerata l'importanza e la vastità degli argomenti da trattare le insegnanti auspicano che i kit siano distribuiti il prima possibile.

La rappresentazione teatrale è stata molto divertente e istruttiva e le classi che avevano già visto la rappresentazione 2 anni fa, l'hanno apprezzata ancora di più. Positivi anche i commenti di alcuni genitori rispetto ai contenuti proposti. Strepitose le attrici. Gli alunni hanno interagito con interesse ed entusiasmo al dibattito successivo.

L'incontro con il medico nutrizionista è stato organizzato in modo spettacolare sia nei contenuti scientifici espressi in modo chiaro e semplice, rinforzati in modo piacevole ed efficace dalle performance dei due attori. Il connubio di questa modalità comunicativa ha reso la **serata davvero incisiva**. Ci siamo attenuti alle proposte arricchendole con elaborati grafici -pittorici e cartelloni. Durante la manifestazione "Arca di Noè" organizzata dal Comune di Pianiga, sono stati esposti i kit e cartelloni vari legati alle tematiche di attenzione all'ambiente, alla salute e all'alimentazione.

Silvestri Miledi

Gli alunni di prima hanno lavorato sul percorso "Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili".

Le tematiche affrontate sono state:

- Classificare la frutta e la verdura conosciuta e mangiata dai bambini
- Cogliere la stagionalità della frutta e verdura (stesura di un cartellone/ istogramma)
- L'importanza della scelta dei prodotti di stagione (ciclicità e ritmi della natura)
- L'importanza di alcune vitamine e dei carboidrati presenti in frutta e verdura
- Conoscere e riconoscere i colori, i profumi e i sapori della frutta e della verdura attraverso l'uso dei sensi
- Rosso, verde, giallo, viola, bianco: i colori di frutta e verdura e i loro meravigliosi poteri
- Creazione di colori con le verdure (spinaci, rapa, zucca, cavolo rosso)

UN PICCOLO GESTO...
UN GRANDE CAMBIAMENTO

Prima di avviare questo percorso le famiglie sono state informate attraverso le assemblee di classe dove è stata sottolineata l'importanza di mangiar sano.

Si è chiesta la collaborazione nel coinvolgere il bambino a preparare insieme semplici piatti o merende privilegiando verdura e frutta di stagione.

Ultimo giorno di scuola merenda insieme: macedonia di frutta preparata dai genitori.

Pravato Ivana

Gli/Le alunni/e delle classi terze hanno raccolto, manipolato e separato i semi usati nell'alimentazione, tra questi hanno identificato i legumi e i cereali, il percorso poi si è focalizzato sui cereali. Le attività che hanno sviluppato il tema dei cereali sono state:

- ricerche personali sui cereali più consumati (mais, grano e riso);
- realizzazione di un grande planisfero, con i semi dei cereali studiati, per mappare luoghi d'origine e di coltivazione;
- manipolazione di farine e creazione di manufatti con pasta-sale e pasta-mais, esposti alla manifestazione paesana "Arca di Noè", nell'esperienza sono state coinvolte anche le famiglie;
- raccolta di facili ricette a base di cereali da provare a casa per individuare le più gradite;
- ideazione e realizzazione di un libro sui cereali con raccolta di disegni, foto, prodotti, storie, giochi, informazioni e tanto altro...;
- molteplici discussioni e riflessioni in classe.

Il Kit è stato utilissimo per completare le conoscenze dei vari cereali e pseudocereali, rinforzare la conoscenza della piramide alimentare, sostenere l'abitudine a leggere le etichette, rinforzare l'utilità del consumo di alimenti integrali, conoscere i principi del piatto unico...

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

*Le famiglie sono state informate del percorso intrapreso attraverso le assemblee di classe, l'incontro con il nutrizionista e lo spettacolo teatrale. Ad esse sono arrivati i messaggi attraverso i figli che a casa dovevano ricercare prodotti derivati dai cereali e provare ricette. **L'intento è continuare i percorsi di educazione alimentare** nei prossimi anni perché quello che è rimasto ancora solo "informazione" diventi "buona abitudine" nella quotidianità delle famiglie.*



È stato realizzato dalla classe IV a Tempo pieno un mini spettacolo con ortaggi-burattini protagonisti di brevi e divertenti dialoghi, presentato ai genitori durante la manifestazione di apertura al territorio. La classe IV A dopo lo spettacolo degli ortaggi-burattini non ha voluto offrire alla cittadinanza i personaggi creati, secondo quanto era stato precedentemente concordato, ognuno ha voluto tenere per sé il proprio ortaggio.

Con i legumi, carta crespata e parole chiave inerenti l'alimentazione e la salute, la classe V ha realizzato 2 grandi mandala esposti alla festa di fine anno con la presenza dei genitori. Tutti gli alunni di classe V, osservando con curiosità i legumi, sono rimasti molto stupiti dall'apprendere che l'arachide appartiene alla famiglia dei legumi, e uno di loro molto semplicemente ha commentato: "Ma non si può cuocere!.....", con risata collettiva.

Noi insegnanti del Plesso di Pianiga crediamo sia fondamentale salvaguardare l'ambiente e la salute per vivere un benessere sia fisico che psichico e per trasmettere questi valori la scuola necessita di specifici percorsi di supporto alle insegnanti. **Per noi Despar è stata in questi anni una grande risorsa e ha rappresentato una costante opportunità in continua evoluzione e con attendibilità scientifica.**

Confidiamo di poter proseguire il cammino intrapreso insieme a voi. Grazie da parte di tutte le insegnanti.

SPINEA Primaria GOLDONI

Nome dell'insegnante referente del progetto **Masiero Moira**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **2**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **48**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **2**

Percorsi:

• **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**

Attività di supporto svolte:

• **19 maggio 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCHI"

Masiero Moira

I contenuti, le attività proposte ed il linguaggio utilizzati sono risultati da subito adeguati alla fascia d'età e capaci di stimolare la curiosità dei bambini. I materiali sono accattivanti e capaci di produrre interesse e motivazione verso gli argomenti proposti.

Il progetto prevedeva delle proposte operative molto stimolanti da fare a casa e a scuola:

- Conoscenza delle spezie e delle erbe aromatiche attraverso l'utilizzo dei 5 sensi

- Abbiamo costruito un erbario di classe ricco e numeroso

- A casa, le famiglie e i bambini sono stati invitati a cucinare e a provare nuove ricette utilizzando spezie o erbe aromatiche (grande partecipazione e successo dell'iniziativa). Le insegnanti esprimono la loro massima positività verso il progetto e l'esperienza in generale; **la miglior valutazione è stata quella derivante dal vedere aspettare il giorno delle "Scienze" perché impazienti di svolgere ed affrontare le attività che si proponevano.**

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Alcuni genitori hanno dichiarato che, ora, dopo il progetto, debbono ogni sera cucinare con il loro figlio un cibo provando ad utilizzare una spezia nuova!!!

VENEZIA - Mestre Primaria CABURLOTTO



Nome dell'insegnante referente del progetto **Canello Annamaria**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **1**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **23**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **1**

Percorsi:

- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**

Attività di supporto svolte:

- **11 aprile 2017** Laboratorio "CARBOIDRATI CHE SCOPERTA"

Canello Annamaria

Sono stati sviluppati elaborati inerenti il progetto scelto e fatti approfondimenti con ricerche da parte degli alunni e Interviste ai nonni.

VENEZIA - Mestre Secondaria GIUSEPPE DI VITTORIO

Nome dell'insegnante referente del progetto **Serra Chiara**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **4**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **21/23 per classe**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **3**

Percorsi:

- **Legumi: proteine vegetali**

Attività di supporto svolte:

- **27 aprile 2017** Laboratorio Microscopia "I PRINCIPI DELLA SANA ALIMENTAZIONE"

- **31 maggio 2017** Laboratorio Microscopia "I PRINCIPI DELLA SANA ALIMENTAZIONE"

Serra Chiara

Gli alunni hanno apprezzato molto tutto il percorso; seguendo il libretto introduttivo che ci era stato dato, abbiamo fatto fare ricerche sui legumi e sulle ricette che usano a casa. Abbiamo sviluppato un cartellone con le ricerche su un legume in particolare per gruppo con disegno della pianta e seme vero attaccato insieme. Il programma è stato molto apprezzato e ben organizzato. **Gli studenti sono stati molto felici di poter vedere e toccare i legumi nella scatola che ci avete mandato**, di avere il libretto con cui hanno composto i fiori delle buone abitudini. **Si sono divertiti con i giochi del piatto unico ed è stato utile il laboratorio di microscopia** perchè subito dopo abbiamo trattato l'argomento dell' apparato digerente così hanno collegato la pratica con la teoria.

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Hanno riflettuto sulla necessità di mangiare con la tv spenta, sull'importanza di uscire di più il pomeriggio e stare all'aria aperta (per molti di loro il pomeriggio è naturale stare a giocare con il computer più ore) e hanno scoperto che hanno la possibilità di assumere proteine anche dai vegetali e non sempre dalla carne (che mangiano in abbondanza).



VICENZA

1^a EDIZIONE

77 CLASSI
4 COMUNI

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **3**

- **26 maggio 2017** Laboratorio Microscopia "I PRINCIPI DELLA SANA ALIMENTAZIONE"

Il materiale fornito è stato utile a sviluppare la didattica sui vegetali e le loro proprietà: la germinazione dei diversi legumi nel cotone ha meravigliato i bambini pur avendo già fatto quest'esperienza, ma un seme che germina è sempre colto con sorpresa e suscita il desiderio di prendersene cura: i bambini hanno poi deciso di interrare i semini e l'ultimo giorno di scuola ognuno ha portato a casa la sua piantina di legume.

*I bambini hanno compreso l'importanza di una alimentazione variata ed equilibrata: essendo classi a tempo pieno i **bambini usufruiscono della mensa scolastica ed è cambiato il loro atteggiamento verso la verdura, la frutta e i legumi (fagioli, lenticchie) che spesso prima lasciavano nel piatto senza assaggiare.***



MONTECCHIO MAGGIORE Primaria ZANELLA

Nome dell'insegnante referente del progetto **Zirone Nerella**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **1**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **19**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **1**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**

Attività di supporto svolte:

- **11 maggio 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCHI"

Zirone Nerella

Gli alunni sono rimasti affascinati ed entusiasti delle attività presentate. **In occasione dei colloqui individuali, molti genitori hanno apprezzato il lavoro proposto a scuola e casa.** Cartelloni murali; Laboratorio Interattivo Manuale con supporto digitale, video tutorial su YouTube per la costruzione del Lapbook dei 5 sensi. Esperienza più che positiva, progetto valido, materiale curato e ben strutturato. Rappresentazione teatrale divertente, attori straordinari!

Grazie al vostro supporto ho creato una UDA (Unità di Apprendimento) che presenterò al colloquio finale.

In occasione dell'evento del giorno 4 giugno, "Il mondo in piazza", Alte di Montecchio Maggiore, i cartelloni saranno esposti in Piazza San Paolo.

http://www.ic2montecchio.gov.it/aaa/pages/page_details.php?id=3918&page_id=19301



VICENZA Primaria A.C. PERTILE

Nome dell'insegnante referente del progetto **Piras Maria Giustina**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **2**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **37**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **2**

Percorsi:

- **Cereali integrali: 12 doni della natura**

Attività di supporto svolte:

- **Le Buone Abitudini in Festa**

- **9 febbraio 2017** Rappresentazione teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI"

Piras Maria Giustina

Nell'ultima parte dell'anno scolastico abbiamo realizzato un lapbook interdisciplinare sulle buone abitudini dal titolo "Gioco e imparo con le buone abitudini". Abbiamo approfondito il tema dei principi nutritivi e delle loro funzioni. Le attività sono state coinvolgenti e motivanti. Le azioni sono state efficaci ed adeguate all'età dei bambini. Gli alunni hanno partecipato con notevole interesse alle attività proposte. **Gli alunni prestano più attenzione agli alimenti.**



VICENZA Primaria RODARI

Nome dell'insegnante referente del progetto **Trevisan Adelina**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **2**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **44**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **4**

Percorsi:

- **Cereali integrali: 12 doni della natura**

Attività di supporto svolte:

- **Le Buone Abitudini in Festa**

- **9 febbraio 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI"

Trevisan Adelina

Gli alunni hanno costruito un lapbook personale sulle proposte dell'attività "Le Buone Abitudini in festa": vivi eco, fai movimento, pensa positivo e mangia sano. Nel mese di novembre, subito dopo l'attività iniziale, abbiamo seminato grano e farro; in primavera sono nate alcune piantine e alcune spighe. **I bambini sono più consapevoli dell'importanza del consumo di frutta e verdura** e sono venuti a conoscenza dei cereali integrali e di cereali non conosciuti. Il progetto è stato significativo per gli alunni, ha ampliato le loro conoscenze e la consapevolezza dell'importanza di mangiare sano, fare attività fisica e non sprecare cibo e risorse. **È essenziale anche il coinvolgimento delle famiglie.**

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Più di un alunno ha portato la frutta come merenda del mattino; molti alunni sanno fare la raccolta differenziata e si sentono "spre-controllori".

VICENZA Primaria ANTONIO LOSCHI

Nome dell'insegnante referente del progetto:

Maria Grazia D. Galeano

Numero delle classi coinvolte nel progetto: **5**

Percorsi:

- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**

Attività di supporto svolte:

- **Le Buone Abitudini in Festa**
- **2 marzo 2017** Rappresentazione teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI"

Maria Grazia D. Galeano

Il progetto è stato molto interessante ma, causa adesione tardiva, scarso tempo a disposizione e sovrapposizione di altri numerosi progetti, le attività sono state trattate ad un livello basico introduttivo. Non è stato possibile, altresì, realizzare elaborati/attività di approfondimento o altro.

Tengo molto all'argomento e, nel ringraziarvi per l'attenzione e l'impegno che ci mettete nel progetto, mi riprometto di fare molto di più l'anno prossimo. Grazie!

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

*L'unica nota rilevante è la mia sensibilizzazione/segnalazione, attraverso la collega referente della mensa scolastica, che sembrerebbe aver ottenuto all'ultimo incontro in Comune **un primo passo per l'introduzione delle farine non raffinate nel menù scolastico del prossimo anno**. Senza una sana alimentazione che parte dalla mensa scolastica, infatti, i progetti non hanno molto senso e, a mio avviso, non può partire nessuna vera rivoluzione alimentare.*

VICENZA Primaria ARNALDI

Nome dell'insegnante referente del progetto **Adelaide Mazzucato**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **2**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **31**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **2**

Percorsi:

- **Cereali integrali: 12 doni della natura**

Attività di supporto svolte:

- **Le Buone Abitudini in Festa**
- **2 marzo 2017** Rappresentazione teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI"

Adelaide Mazzucato

In classe 3^a abbiamo approfondito il processo che dal seme di grano, attraverso il processo di crescita della spiga (analisi delle parti), la mietitrebbiatura e la macinatura, porta alla farina (cartellone riassuntivo). Quindi con la farina e l'acqua in classe abbiamo creato il lievito madre che ci è servito poi per realizzare il pane.

In classe 4^a invece gli alunni hanno realizzato delle rime su frutta e verdure e appreso il canto in inglese "fruit and veg fandango".

Il kit con i semi dei vari cereali è arrivato tardi a scuola quindi non abbiamo seminato quest'anno, ma lo faremo il prossimo autunno per osservare tutte le fasi di crescita dei cereali. Durante gli ultimi mesi di scuola, in alcuni giorni della settimana, gli alunni erano invitati a portare una merenda sana (frutta o pane).

VICENZA Primaria CABIANCA



Nome dell'insegnante referente del progetto **Cecchetto Carla Donatella**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **5**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **82**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **Gli insegnanti di scienze e in forma trasversale quelli di italiano e di matematica.**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**
- **Legumi: proteine vegetali**

Attività di supporto svolte:

- **Le Buone Abitudini in Festa**
- **3 aprile 2017** Rappresentazione teatrale "IL PROFESSOR CICERCHIA E IL TESORO DEI LEGUMI"

Cecchetto Carla Donatella

Lo spettacolo teatrale è stato super coinvolgente. Abbiamo fatto teatro a scuola, interclasse per svolgere attività nelle classi sui vari percorsi, assemblee di confronto e AGGIORNAMENTO, della docente referente progetto. Fatti cartelloni, relazioni e disegni sulla validità dei cereali. Si è pensato di organizzare a settembre una merenda a base di cereali per riprendere il percorso sulle sane abitudini alimentari.

VICENZA Primaria DUE GIUGNO

Nome dell'insegnante referente del progetto **Benedusi Luca**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **3**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **57**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **4**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**

Attività di supporto svolte:

- **Le Buone Abitudini in Festa**
- **6 aprile 2017** Laboratorio "CARBOIDRATI: CHE SCOPERTA!"

Benedusi Luca

Gli insegnanti si sono attenuti alle attività proposte nel progetto:

- Conversazioni e confronti sulle diverse abitudini alimentari: la prima colazione e la merenda.
- Caratteristiche dei cereali: diversa tipologia dei chicchi; principali cereali utilizzati nel nostro consumo alimentare; valore nutrizionale dei cereali.
- Individuazione di caratteristiche nutrizionali della frutta e della verdura.
- Indagine sugli alimenti preferiti dai bambini e rappresentazione grafica dei dati raccolti con ideogrammi e istogrammi.
- Lettura analitica delle etichette di alcuni alimenti confezionati.

Nel complesso le attività proposte e i contenuti didattici sono risultati adeguati e stimolanti.

L'attività proposta a scuola dall'esperta è risultata utile per rendere gli alunni consapevoli della quantità di zuccheri presenti nei vari alimenti e che vengono assunti giornalmente. Grazie al progetto gli alunni delle classi coinvolte hanno sviluppato maggiore sensibilità e attenzione nell'acquisto e nel consumo di alcuni alimenti. Le modalità con cui sono stati proposti i contenuti nelle attività proposte si sono dimostrate coinvolgenti ed efficaci.

VICENZA Primaria FRACCON

Nome dell'insegnante referente del progetto:

Colombera Claudia, Quaglieri Tiziana

Numero delle classi coinvolte nel progetto **2**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **33**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **3**

Percorsi:

- **Cereali integrali: 12 doni della natura**

- **Legumi: proteine vegetali**

Attività di supporto svolte:

- **Le Buone Abitudini in Festa**

- **14 marzo 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI"

Quaglieri Tiziana

Sia il percorso sensoriale che la rappresentazione teatrale e il percorso specifico sui cereali sono stati definiti dagli alunni come alcune delle esperienze più coinvolgenti e piacevoli con le quali hanno potuto imparare facilmente, divertendosi. Ciò grazie sicuramente alla cura e alla serietà con cui sono state programmate ed elaborate queste proposte. **Il percorso di scienze è stato effettuato dopo la visione dello spettacolo teatrale, ciò ha favorito la memorizzazione delle caratteristiche dei diversi cereali** in quanto gli alunni facevano riferimento alla personificazione proposta dalle attrici. (Produzione di elaborati grafici dello spettacolo, approfondimenti e riflessioni personali sia sulla tecnica teatrale che sugli argomenti trattati, caratterizzazione dei personaggi che rappresentavano i cereali, racconto scritto dello spettacolo e comparazione con le esperienze vissute nel quotidiano, invenzione di situazioni problematiche con argomento i cereali).

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

*C'è stata una **maggiore attenzione allo spreco durante la mensa**. Con le palette da SPRE-CONTROLLORE gli alunni hanno esercitato questa funzione anche con le altre classi che non avevano partecipato all'attività. **Sono stati tutti più disponibili all'assaggio di cibi da loro inesplorati. E' stata posta maggiore attenzione anche alla scelta quotidiana delle merende.***

VICENZA Primaria GONZATI



Nome dell'insegnante referente del progetto **Renata Tessari**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **3**

Percorsi:

- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**

Attività di supporto svolte:

- **Le Buone Abitudini in Festa**
- **8 maggio 2017** Rappresentazione teatrale "IL PROFESSOR CICERCHIA E IL TESORO DEI LEGUMI"

Renata Tessari

Le attività proposte sono state interessanti e presentate in modo semplice. La rappresentazione teatrale è stata semplice ed efficace nel linguaggio ma molto coinvolgente e sorprendente per i bambini. È stato lo spunto per conoscere i legumi e la loro importanza nella nostra alimentazione. Nell'attività di scienze ho proposto alle mie due classi l'attività dell'orto a scuola seminando carote e ravanelli seguendo tutte le fasi della crescita e assaggiando poi il frutto del nostro lavoro. Tutto il percorso è stato montato su un Power-point e con l'aiuto dei bambini presentato ai genitori. **Le famiglie sono state coinvolte fin dall'anno scorso prima con la colazione a scuola (nelle classi prime) e ora con la merenda uguale per tutti.** In entrambe le esperienze sono partita dalla rilevazione che parte dei miei alunni non facevano colazione al mattino e che alcuni portavano una merenda decisamente inappropriata (pizza e coca-cola). **In entrambi i casi dopo l'esperienza ho rilevato una maggiore attenzione da parte delle famiglie sull'alimentazione dei loro figli.**

Vorrei continuare il mio percorso di educazione alimentare agganciandomi alla mensa dove tutti partecipano (una sola volta a settimana) ma non sembrano apprezzare le proposte, in particolare le verdure. Dopo lo spettacolo, abbiamo scoperto che in quasi tutte le famiglie si consumano legumi e a seconda del luogo di provenienza dei genitori si diversificano molto le scelte; *nessuno conosceva le cicerchie* e tutti hanno giocato con questa parola dal suono divertente. **L'esperienza è stata senz'altro positiva e riproponibile anche in anni successivi.**

È stato interessante anche perché **le attività da me programmate per scienze si sono ben integrate con quelle proposte dagli attori e dal kit offerto ai bambini.** I genitori hanno apprezzato il libretto su cui ognuno di loro ha lavorato e l'insegnante ha molto gradito i cartelloni e il materiale informativo.

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Nell'ambito di educazione alimentare abbiamo sperimentato la merenda uguale per tutti per alcuni giorni al fine di stimolare l'uso di frutta e/o merende "sane" che non appesantiscano la digestione ma diano comunque un apporto energetico.

Inoltre, dopo lo spettacolo e le riflessioni sui legumi sono state ricercate ricette conosciute e usate nel ménage familiare di utilizzo degli stessi.

Nome dell'insegnante referente del progetto **Michela Magrin**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **5**

Percorsi:

- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**

- **Cereali integrali: 12 doni della natura**

Attività di supporto svolte:

- **Le Buone Abitudini in Festa**

- **3 marzo 2017** Laboratorio Microscopia "I PRINCIPI DELLA SANA ALIMENTAZIONE"

- **10 marzo 2017** Rappresentazione teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCHI"

Michela Magrin

Ho trovato utile e ben strutturato il laboratorio di microscopia, molto coinvolgente e divertente la rappresentazione teatrale.

Ho sviluppato, a partire dal progetto, elaborati ed attività di approfondimento aggiuntivi:

- Classe seconda: in raccordo con gli argomenti previsti dalle programmazioni didattiche di scienze e di tecnologia e con le offerte formative scelte per la classe, ho approfondito la conoscenza della filiera del latte, della storia del pane, dell'importanza delle api e dei prodotti che ci forniscono (come il miele, la propoli, la pappa reale), della frutta e della verdura (anche col Progetto 'Frutta nella scuola').

Latte: visita alla Centrale del latte di Vicenza costruzione di un lapbook: le proprietà del latte ed i suoi derivati; la filiera del latte - dalla stalla alla Centrale; confronto tra lavorazione di un tempo e macchinari di oggi (la mungitura a mano, il burro fatto in casa...; le stalle moderne e i processi di lavorazione in Centrale...)

Pane: uso del kit Despar per vedere diversi tipi di semi; esperienza della semina in classe; costruzione di un lapbook multidisciplinare: la storia del chicco di grano (dalla semina alla raccolta); confronto tra lavorazione di un tempo e macchinari moderni; testo regolativo con ricetta per fare il pane; proverbi, poesie e modi di dire legati al pane... esperienza della preparazione e cottura del pane a scuola

Miele: visita ad una azienda agricola dell'Oasi della Valletta del Silenzio per vedere le arnie ed assaggiare un miele biologico; approfondimento in classe sulla vita societaria delle api, i vari ruoli, la comunicazione, i lavori diversificati, i prodotti come il miele, la propoli, la pappa reale, la cera...; costruzione di un libricino con giochi ed attività legati alla vita dell'Ape Milli; lezione in classe con un apicoltore e i suoi "attrezzi del mestiere" (arnie, guanti, tuta di protezione...).

Frutta e verdura: consumo quasi giornaliero - negli ultimi mesi di scuola - di frutti o verdure freschi e forniti nell'ambito del Progetto 'Frutta nelle scuole' (talvolta interi, a fette, a pezzetti, spremuti...); uscita ad una fattoria didattica di Sossano: animali ma anche alberi da frutto e orto con prodotti di stagione; esperienza della preparazione della marmellata nel laboratorio della fattoria didattica.

- Classe terza: in raccordo con gli argomenti previsti dalle programmazioni didattiche di scienze e di inglese, ho costruito un percorso CLIL legato alle abitudini alimentari italiane confrontate con quelle anglosassoni, con l'obiettivo di approfondire il tema della sana alimentazione anche ricorrendo a drammatizzazioni in lingua inglese, giochi di ruolo, TPR...

Sintetizzo i contenuti:

studio di come gli animali e le piante si nutrono e di come si nutre l'uomo;

indagine: food and me (my favourite food/drink);

drama: Dinner time a casa /al ristorante;

English Breakfasts: the traditional English breakfast, a typical English breakfast;

Healthy habits; Food groups and nutrients; The food pyramid;

indagine: is your diet balanced?;

Kit Despar e Progetto 'Frutta nelle scuole': fun with fruit and vegetables; healthy lunch...;

Le attività di approfondimento hanno coinvolto molti esperti e una guida naturalistica ma non prevedevano anche il coinvolgimento delle famiglie degli alunni.

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Grazie al progetto de Le Buone Abitudini, il cambiamento che la scuola vorrebbe mettere in atto nell'ambito della sana alimentazione è quello di incoraggiare i bambini a consumare anche alimenti dai quali non sono attratti o che solitamente non si usano in casa, sempre nel rispetto delle abitudini culturali di ogni famiglia. Inoltre si è cercato di far capire la necessità di ridurre il consumo di certi alimenti rispettando la piramide alimentare, poiché una corretta alimentazione e una costante attività fisica sono fondamentali per vivere in salute.

Sono emerse molte curiosità da parte dei bambini durante lo svolgimento del programma. Particolarmente coinvolgente è stata la rappresentazione teatrale coi Cantacucchi e, dopo il laboratorio di microscopia, sicuramente molti bimbi hanno chiesto ai genitori di acquistare un microscopio.

'Le Buone Abitudini' ha fornito materiale e spunti di lavoro molto interessanti e questo ha reso più incisivo l'approfondimento sulla sana alimentazione demandando, comunque, lo sforzo di un lavoro mirato ed organizzato all'insegnante di classe. Si spera che l'adoperarsi (quello della Despar e quello del docente) per diffondere delle abitudini - non solo alimentari - davvero buone possa almeno concretizzarsi in stili di vita sempre più sani.

VICENZA Primaria PAOLO LIOY

Nome dell'insegnante referente del progetto: **Consagro Olga**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **2**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **44**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **1**

Percorsi:

- **Cereali integrali: 12 doni della natura**

Attività di supporto svolte:

- **Le Buone Abitudini in Festa**

Consagro Olga

Ci siamo attenuti alle proposte del percorso. Gli alunni della classe a tempo pieno, essendo in mensa tutti i giorni, hanno potuto approfondire il concetto del mangiar sano. **Gli alunni hanno partecipato alle Buone Abitudini in Festa e sono rimasti colpiti dai messaggi trasmessi attraverso lo spettacolo teatrale.**

VICENZA Primaria PERTINI

Nome dell'insegnante referente del progetto **Gullo Filomena**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **2**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **46**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **3**

Percorsi:

- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**

Attività di supporto svolte:

- **3 marzo 2017** Rappresentazione teatrale "IL PROFESSOR CICERCHIA E IL TESORO DEI LEGUMI"

Gullo Filomena

Il progetto è stato molto apprezzato da alunni, insegnanti e famiglie. La rappresentazione teatrale si è svolta durante la settimana dello sport e ciò ha permesso di coniugare le sane abitudini alimentari con l'importanza dell'attività fisica; abbiamo avuto anche l'intervento di un prof. di ed. fisica che ha suggerito a bambini, insegnanti e genitori come mantenere una postura corretta a scuola e a casa (prevenzione scoliosi).

VICENZA Primaria PRATI

Nome dell'insegnante referente del progetto: **Volpe Rosanna**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **5**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Verdura e Frutta: carboidrati indispensabili**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**

Attività di supporto svolte: • Le Buone Abitudini in Festa

- **9 marzo 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I CANTACUOCHI"
- **21 aprile 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI"

Volpe Rosanna

Abbiamo svolto un compito di realtà: dopo aver partecipato alla manifestazione, aver visionato l'attività teatrale e parlato in classe dei cereali ho chiesto ai bambini di preparare un depliant pubblicitario sui cereali integrali per invogliare i bambini della scuola a mangiare sano. Il depliant doveva contenere anche filastrocche, in modo da esercitare alcune competenze poetiche. **Il team degli insegnanti all'inizio era molto scettico sulla proposta fatta da Despar, si pensava che fosse una trovata per farsi pubblicità. Per la prima volta ci siamo trovate di fronte a un progetto gratuito, serio e a misura di bambino, sia nei contenuti sia nelle attività.**

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

*I bambini sono diventati più consapevoli di ciò che mangiano.
Spero che si possa proseguire, perché **come insegnante e consumatore ho imparato molto.***



VICENZA Primaria TIEPOLO

Nome dell'insegnante referente del progetto: **Faldini Francesca**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **4**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **68**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **6**

Percorsi:

• **Cereali integrali: 12 doni della natura**

• **Legumi: proteine vegetali**

Attività di supporto svolte:

• **Le Buone Abitudini in Festa**

• **11 aprile 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI"

• **20 aprile 2017** Laboratorio Microscopia "I PRINCIPI DELLA SANA ALIMENTAZIONE"

Faldini Francesca

Alcune attività sono state collegate con la settimana dello sport. Il progetto è stato molto interessante ed ha coinvolto positivamente sia alunni che insegnanti; in particolare c'è stata una partecipazione entusiastica sia all'uscita a palazzo Cordellina, sia allo spettacolo teatrale. Abbiamo prodotto filastrocche, cartelloni, mandala... per le ricette sono state coinvolte le famiglie.

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

E' stata proposta e condivisa dalle famiglie, una merenda a base di frutta una volta alla settimana.

VICENZA Primaria VITTORINO DA FELTRE

Nome dell'insegnante referente del progetto: **Perdoncin Stefania**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **3**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **56**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **6**

Percorsi:

• **Cereali integrali: 12 doni della natura**

Attività di supporto svolte:

• **Le Buone Abitudini in Festa**

• **4 maggio 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI"

Perdoncin Stefania

Attività e contenuti sono risultati uno stimolo per i lavori didattici proposti e hanno avuto un **riscontro significativo anche per i genitori**.

La rappresentazione teatrale si è presentata accattivante e di qualità; i laboratori sono stati coinvolgenti per i bambini.

Le tre classi interessate hanno utilizzato molti materiali didattici di approfondimento e di completamento nelle varie discipline. In alcune situazioni i lavori sono stati comuni, in altre si sono differenziati a seconda del percorso didattico della classe.

Tutte le insegnanti sono propense a continuare il progetto anche per il prossimo anno scolastico, sperando in un riscontro positivo da parte vostra.

Sarebbe auspicabile avere un contatto diretto tra scuola e promotori del progetto, piuttosto che coinvolgere l'ente comunale, in modo da avere una gestione più diretta del percorso.

UN PICCOLO GESTO... UN GRANDE CAMBIAMENTO

In seguito al progetto la scuola e le famiglie hanno proposto, tramite i referenti della mensa scolastica, l'introduzione di cereali integrali nel menù scolastico. I bambini si sono impegnati per migliorare le loro abitudini alimentari: a scuola con merende più sane e a casa cercando di mangiare le verdure e i cereali integrali proposti.

VICENZA Primaria GIACOMO ZANELLA

Nome dell'insegnante referente del progetto: **Munaretto Sonia**

Numero delle classi coinvolte nel progetto **4**

Numero degli studenti coinvolti nel progetto **98**

Quanti insegnanti hanno lavorato ai percorsi di educazione alimentare? **2**

Percorsi:

- **Aromatiche e Spezie: percorso sensoriale**
- **Cereali integrali: 12 doni della natura**

Attività di supporto svolte:

- **Le Buone Abitudini in Festa**
- **5 aprile 2017** Rappresentazione Teatrale "LE BUONE ABITUDINI E I 12 CEREALI"

Munaretto Sonia

Ci siamo attenute alla proposta utilizzando il bellissimo materiale fornito.

In vista dello studio delle civiltà fluviali, l'anno prossimo, gli alunni hanno sfogliato alcuni libri e hanno confrontato le immagini relative ai cereali, **per il programma di storia sarà un'ottima base di partenza.**

Il percorso, le proposte e i materiali sono davvero validi. **L'ho segnalato personalmente a tutte le persone impegnate nel progetto che ho incontrato.**

Spero prosegua, perché mi piacerebbe sviluppare anche il percorso sui legumi.

