PROGETTO n.

TITOLO	Chef in erba: gusto e benessere
Abstract (max 250 parole)	Questo progetto di educazione alimentare mira ad educare i bambini all'importanza di una sana e corretta alimentazione attraverso un approccio ludico e sensoriale. Il percorso si propone di far scoprire il cibo come risorsa fondamentale per la crescita e il benessere, valorizzando la curiosità, la manualità e la conoscenza delle tradizioni culinarie e della sostenibilità.
Descrizione del progetto (max 1000 parole)	Il progetto intende promuovere stili di vita sani fin dall'infanzia. L'obiettivo è trasformare il momento del pasto e la scoperta del cibo in un'esperienza positiva, divertente e consapevole, prevenendo comportamenti alimentari scorretti. Le attività proposte si baseranno sull'esplorazione, la manipolazione, l'uso dei cinque sensi per conoscere i diversi alimenti, la loro origine e il loro valore nutritivo.
Destinatari	Alunni e alunne della scuola dell'infanzia Alunni e alunne della scuola primaria
Obiettivi	- Riconoscere e classificare i cibi in categorie principali (frutta, verdura, cereali, ecc.) e comprenderne il ruolo per la salute - Utilizzare i cinque sensi per esplorare le caratteristiche degli alimenti (sapore, odore, consistenza, colore) - Acquisire autonomia al momento del pasto e fare scelte alimentari più consapevoli - Comprendere l'importanza di un'alimentazione equilibrata per la crescita e il benessere del proprio corpo - Comprendere il concetto di filiera corta e l'importanza di non sprecare il cibo
Attività previste dal progetto, scandite in fasi, e riferimento al personale interno e / o esterno	L'orto dei sensi: laboratori di manipolazione Mani in pasta: preparazione di semplici ricette Detective del gusto: esperimenti per scoprire i sapori base (dolce, salato, amaro, acido) Dal campo alla tavola: visite didattiche a fattorie o mercati di produttori per capire l'origine del cibo Zero spreco: laboratori di riutilizzo del cibo La piramide alimentare: costruzione di un modello della piramide alimentare
Risultati attesi	Al termine del precorso gli alunni avranno acquisito le seguenti competenze: - riconoscere e nominare un maggior numero di cibi - classificare gli alimenti secondo la piramide alimentare

	- avere un'apertura a provare cibi nuovi e diversi, superando le resistenze individuali - partecipare alle attività di gruppo e alla preparazione di semplici ricette, sviluppando autonomia e coordinazione - sviluppare un senso critico verso il cibo, comprendendo il legame tra alimentazione, sostenibilità e territorio - ridurre lo spreco alimentare diventando più consapevoli del valore del cibo e di come riutilizzarlo in modo creativo - conoscere l'importanza dei vari gruppi alimentari per la salute e la crescita del proprio corpo
Metodologia dei processi	Apprendimento attivo e cooperativo Approccio sensoriale ed esplorativo Gamification
Tecnologie utilizzate	Tecnologie interattive: LIM/digital board Risorse multimediali