

PROGETTO: GIOCANDO CON GLI ALIMENTI



SEZ. 2^a A

INS. BULFARO - LOPASSO

SCUOLA DELL'INFANZIA PRAIA A MARE VIA VERDI

PROGETTO “GIOCANDO CON GLI ALIMENTI”

SCUOLA DELL'INFANZIA – VIA VERDI – SEZ. II A

Il progetto vuole favorire un approccio all'educazione alimentare attraverso esperienze significative e motivanti, che consentano ai bambini di osservare, toccare, sperimentare, conoscere.

Un approccio che prevede momenti di esperienze dirette, ma anche di riflessione, per l'acquisizione di comportamenti alimentari corretti ed equilibrati.

La finalità del progetto è quella di far conoscere i valori nutritivi di ogni cibo e consentire ai bambini di scegliere gli alimenti con maggiore consapevolezza; le patatine, le merendine, le bevande zuccherate non fanno male se consumate una volta ogni tanto, ma sono altri gli alimenti che rendono forte ed energico il nostro corpo: il calcio per le ossa forti, le proteine per crescere e formarsi, i carboidrati per fare il pieno di energia ma soprattutto frutta e verdure ricche di fibre e vitamine.

È prevista un'uscita didattica nell'agriturismo “La Rondinella” dove i bambini avranno la possibilità di fare esperienze laboratoriali: impastare, far lievitare e cuocere il pane, conoscere gli animali che producono il latte e la carne, visitare l'orto e il frutteto.

MI PRESENTO, IO SONO MARTINO
TUTTI MI DICONO CHE SONO UN BRAVO BAMBINO.
MANGIO DI TUTTO MA CON MODERAZIONE.
FACCIO SEMPRE UNA SANA COLAZIONE.
NON ESAGERO CON LE MERENDINE.
MANGIO POCHE VOLTE LE PATATINE.
PREFERISCO UNA BELLA INSALATINA
CON UNA GUSTOSA CAROTINA,
SONO GOLOSO DI FRULLATO
PER ME E' PIU' BUONO DEL CIOCCOLATO.
SE NEL LIBRO MI SEGUIRAI
TANTE COSE IMPARERAI:
E' IMPORTANTE SAPER MANGIARE
SE SANO VUOI RESTARE.



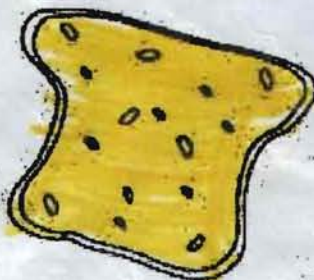
BEVI IL LATTE A COLAZIONE
E SARAI FORTE COME UN LEONE.



CONSUMA GLI ZUCCHERI CON MODERAZIONE,
MEGLIO MANGIARLI A COLAZIONE.



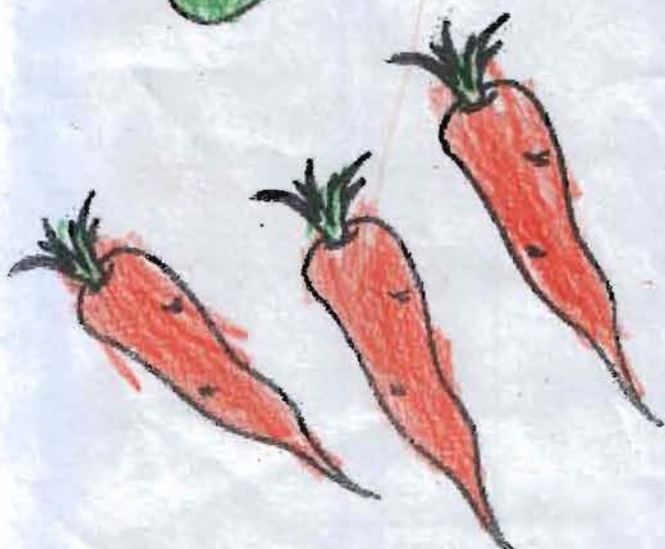
PANE E PASTA CHE ALLEGRIA
SE LI MANGI IN COMPAGNIA!



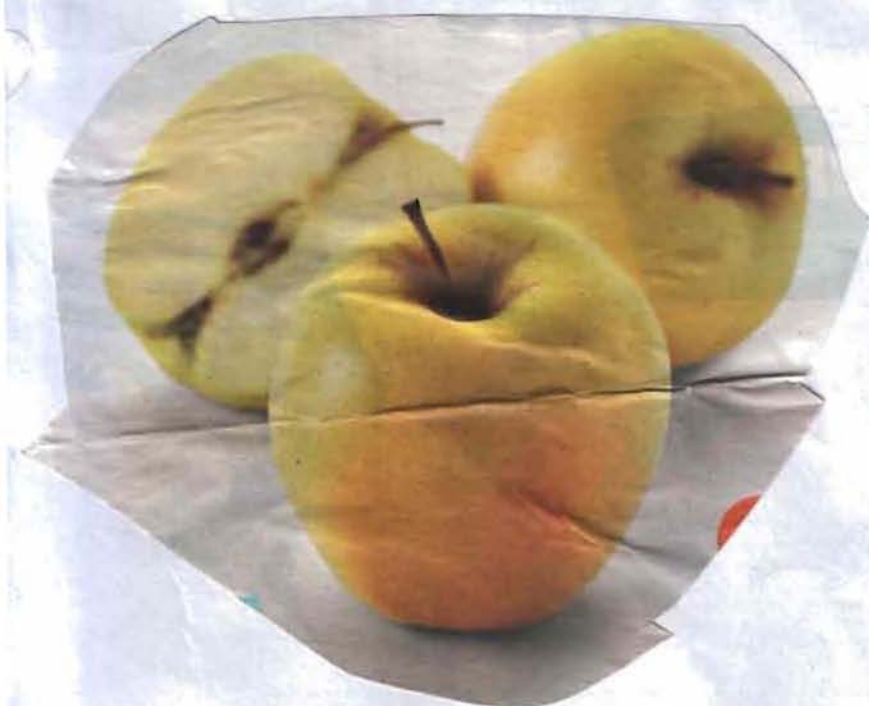
LE PROTEINE DI CARNE, UOVA E PESCE SONO INDISPENSABILI PER CHI CRESCE



NELLA VERDURA TU LO SAI
TANTE VITAMINE TROVERAI.



EUUVIVA LA FRUTTA
MANGIAMOLA TUTTA!



NON MANGIARE GRASSI IN QUANTITÀ
O AVRAI IL PROBLEMA DELL'OBESITÀ





**E PER MANTENERTI SANO E CONTENTO
FAI SEMPRE TANTO MOVIMENTO.**

