

“GUSTO&GUSTI - LABORATORI DI EDUCAZIONE ALIMENTARE”

Premessa

L'Azienda Speciale Formazione Mantova - For.Ma è ente accreditato da Regione Lombardia per la formazione professionale. Opera nell'ambito dell'educazione alimentare da oltre vent'anni, in stretta collaborazione con le scuole mantovane e i vari enti territoriali. Fino al 2012 ha gestito il progetto “educazione alimentare” nelle scuole di tutta la Provincia di Mantova che comprendeva interventi specializzati sul tema, dagli asili all'università. Dal 1986 opera sul territorio con il centro Polivalente Bigattera, specializzato in agricoltura sociale ed è capofila del progetto regionale Agricoltura Sociale Lombardia.

Target:

ragazzi della scuola primaria (6-11 anni)

giovani della scuola secondaria inferiore (biennio 11-19 anni)

Obiettivo generale di progetto:

Sviluppare competenze negli allievi di corretti ed equilibrati stili alimentari e stili positivi di movimento nell'età scolastica.

Obiettivi specifici di progetto:

l'obiettivo è migliorare nr.5 comportamenti scorretti e sempre più diffusi:

- disistima del pasto colazione, colazione assente o colazione ipercalorica
- alimentazione povera di fibre per insufficiente consumo di frutta e verdura
- consumo sproporzionato di bevande dolci
- consumo di merende ipercaloriche
- movimento insufficiente, sedentarietà

Il progetto coinvolgerà docenti esperti che integreranno questi temi durante le lezioni scolastiche.

É possibile, su richiesta, organizzare percorsi di formazione specifici e personalizzati per studenti e per docenti, serate informative interattive per i genitori con esperti del settore (dietiste, esperti dell'area alimentare ed educativa, agronomi e medici).

Il progetto di educazione alimentare per l'anno scolastico 2018-2019 svilupperà:

- l'importanza strategica della consapevolezza del rapporto tra cibo e ambiente
- l'informazione ai giovani sulla necessità di un consumo giornaliero di frutta e verdura
- la comunicazione-acquisizione di atteggiamenti critici/riflessivi nei confronti di “ciò che si mangia”
- l'importanza di possedere strumenti in grado di stimolare la curiosità e la lettura dell'ambiente e dei sistemi di produzione agro-alimentare
- la comunicazione della cultura della Biodiversità (conoscenza prodotti tipici)
- l'analisi della comunicazione alimentare in relazione al potere di scelta individuale
- la formazione dell'identità personale attraverso la riscoperta di origini e tradizioni culturali
- gli aspetti interdisciplinari dell'educazione alimentare che coinvolgono i bisogni della comunità

Il tema alimentazione si presta a una lettura multisettoriale, nei suoi aspetti anatomico-fisiologici, culturali, storici, antropologici, climatici, di cronaca ambientale (desertificazione, deforestazione etc) e di comunità. Parlare di alimentazione è importante per riscoprire le proprie e altrui radici culturali del territorio in cui viviamo (prodotto D.O.P., I.G.P.) e per avere cura della salute.

Metodi e Strumenti

La metodologia selezionata favorisce l'attività dei cinque sensi, per attuare un sistema di conoscenza attivo che mette in connessione il cibo, l'identità personale e la cultura del territorio. L'intervento in classe è a cura di personale specializzato di For.Ma

Gli interventi interdisciplinari e personalizzati (tema e fascia d'età) avranno un taglio prevalentemente pratico operativo e basato sul coinvolgimento attivo della classe.

Struttura del laboratorio

PRIMA FASE: introduzione del tema e conoscenza reciproca del gruppo classe (fase di bilancio dell'intervento ed eventuale revisione)

SECONDA FASE: costruzione del gruppo di lavoro con metodologie attive per lo sviluppo del tema oggetto del laboratorio (simulazioni, Q&A, cartelloni, esperienze pratiche)

TERZA FASE: riflessione trasversale all'attività svolta ed emozioni/impressioni del gruppo classe con brainstorming e verifica del livello gradimento

Articolazione delle attività

Obiettivi delle attività

- Fornire caratteristiche nutrizionali, organolettiche di frutta e verdura
- Conoscere i luoghi di produzione tecniche di lavorazione.
- Conoscenza dei marchi di origine e lettura dell'etichetta
- Avvicinare i ragazzi al mondo dell'orto e alle varietà di produzioni (soprattutto locali)
- Far conoscere la stagionalità dei prodotti e le realtà produttive locali, descriverne le filiere produttive.
- Trasmettere ai ragazzi l'importanza del consumo di frutta quotidiano
- Avvicinare i ragazzi al mondo dell'orto e alle varietà di produzioni (soprattutto locali)

Obiettivo tematico delle attività

- colori di frutta e verdura: le proprietà in base al colore

Monitoraggio e follow up

Monitoraggio qualitativo: brainstorming con gli alunni e questionari per le insegnanti di fine attività rileveranno il gradimento.

Monitoraggio quantitativo: il monitoraggio avverrà sulla base dei seguenti criteri

nr.allievi partecipanti/nr.scuole coinvolte

nr.moduli attivati/nr.scuole coinvolte

% frequenza allievi

CATALOGO PER LA SCUOLA PRIMARIA

TITOLO	TARGET	AREA	CONTENUTO	DESCRIZIONE	DURATA PERCORSO	SEDE	NR.ORE DURATA INCONTRO	NR. INCONTRI
ABC DEI SENSI: LA MERENDA	scuola primaria	linguistico - espressiva - scientifica	prova di degustazione	Attraverso l'analisi sensoriale si propone una riflessione sui benefici della merenda, sulle alternative alle merende industriali e i benefici della frutta. Metodologia: simulazioni, Q&A, cartelloni, esperienze pratiche Prodotti dell'attività: nr.1 cartellone-mappa dei cinque sensi, nr.1 quaderno personale del gusto in cui ragazzi raccoglieranno i loro elaborati, nr.1 decalogo del corretto assaggiatore	8	scuola di riferimento oppure Centro Bigattera	2	4
ROSSO, VERDE O...?	scuola primaria	linguistico - espressiva - scientifica	gioco intervista	Riflettere sugli alimenti di consumo e preparare un'intervista per i genitori. Ogni allievo comporrà la scheda delle risposte date dalla sua famiglia con lo scopo di scoprire i loro gusti in fatto di cibi e colori di frutta e verdura. Metodologia: simulazioni, Q&A, cartelloni, esperienze pratiche Prodotti dell'attività: costruire nr.1 elenco di alimenti di consumo, preparare nr.1 intervista, nr.1 scheda delle risposte date dalla sua famiglia, presentazione alla classe in gruppi o in singolo.	8	scuola di riferimento oppure Centro Bigattera	2	4
COLORI IN TAVOLA	scuola primaria	linguistico - espressiva - scientifica	i colori del cibo	Condurre il gruppo classe a riconoscere frutta e verdura condividendo ricette di cucina. Per rendere più consapevole il consumo nella quotidianità in fatto di cibi e colori di frutta e verdura, gli allievi condurranno una ricerca sul campo per riconoscere le ricette della propria tradizione familiare. Metodologia: simulazioni, Q&A, cartelloni, esperienze pratiche Prodotti dell'attività: progettare nr.1 ricettario con ricette per ogni colore singolarmente o in gruppi	8	scuola di riferimento oppure Centro Bigattera	2	4

ORTO IN CLASSE	scuola primaria	linguistico - espressiva - scientifica	esperienza in campo	Scoprire quali sono le verdure e la frutta tipiche della stagione in cui ci si trova attraverso la mappatura di frutta e verdura e riconoscere la differenza tra prodotti importati del supermercato e i prodotti coltivati a km0. Selezionare in base alla stagione uno o più ortaggi da coltivare in gruppo. Curare e monitorare la crescita delle piante. Metodologia: simulazioni, Q&A, cartelloni, esperienze pratiche Prodotti dell'attività: prova di coltivazione nell'orto in cassetta di un prodotto ortofrutticolo**	18	scuola di riferimento (orto scolastico o orto in cassetta di For.Ma) o Centro Bigattera	2	9
DALLA TERRA ALLA TAVOLA	scuola primaria	linguistico - espressiva - scientifica	esperienza in campo	Scoprire quali sono le verdure e la frutta tipiche della stagione in cui ci si trova attraverso la mappatura di frutta e verdura. Riconoscere prodotti importati e prodotti coltivati a km0** e saperli ricondurre alla propria quotidianità attraverso la riflessione sui pasti principali. Metodologia: simulazioni, Q&A, cartelloni, esperienze pratiche Prodotti dell'attività: preparare una merenda sana e gustosa con prodotti km0	8	scuola di riferimento (orto scolastico o orto in cassetta di For.Ma) o Centro Bigattera	2	4

CATALOGO PER LA SCUOLA SECONDARIA INFERIORE

TITOLO	TARGET	AREA	CONTENUTO	ATTIVITÀ	DURATA PERCORSO	SEDE	NR.ORE DURATA INCONTRO	NR. INCONTRI
GUARDARE E NON TOCCARE	scuola secondaria primo grado	linguistico-espressiva-scientifica	descrittori visivi	Scoprire le dinamiche sensoriali che legano l'uomo ai prodotti della natura (ortaggi e frutta), attraverso l'uso dei 5 sensi (osservare gli alimenti e interpretare i dati visivi). L'allievo apprenderà l'importanza di attivare o di non poter attivare uno dei 5 sensi nell'esperienza con gli alimenti (in particolare prodotti a km0 o ortofruttili), in particolare la vista. Arricchimento dell'esperienza attraverso osservazione sensazioni visive utilizzando imballaggi merende (lettura etichette) Metodologia: simulazioni, Q&A, cartelloni, intervista Prodotti dell'attività: mappa dell'esperienza (sensazioni visive utilizzando imballaggi merende)	8	scuola di riferimento oppure Centro Bigattera	2	4
ESPERIENZE AROMATICHE	scuola secondaria primo grado	linguistico-espressiva-scientifica	descrittori visivi	Condurre un'esperienza sensoriale di riconoscimento delle aromatiche tipiche del territorio mantovano e comprendere il loro uso in cucina (ricette) Attività di confronto per il recupero delle consuetudini legate all'uso delle erbe nella tradizione popolare e non solo. Metodo: simulazioni, ricerca, cartelloni, osservazione sensazioni visive Prodotti dell'attività: progettare una mappa o ricettario su usi e consumi alimentari delle aromatiche	8	scuola di riferimento oppure Centro Bigattera	2	4
ESPERIENZE AROMATICHE lez.5	scuola secondaria primo grado	linguistico-espressiva-scientifica	esperienza in campo	L'allievo recupera le informazioni apprese dal modulo "esperienze aromatiche" e lo riporta nell'agire pratico con visita alle serre in cui si coltivano le piante aromatiche, intervista a chi le coltiva e prova di invasatura di una pianta aromatica. Metodo: simulazioni, ricerca, intervista, esperienze pratiche Prodotti dell'attività: prova in serra di invasatura di una pianta aromatica	2	scuola di riferimento oppure Centro Bigattera	2	1

ORTO IN CLASSE	scuola secondaria primo grado	linguistico-espressiva-scientifica	esperienza in campo	Condurre gli allievi a comprendere ciò che le piante offrono all'uomo e riflettere sull'importanza e la ricchezza che portano nella loro vita. Conversazione sul ciclo delle stagioni e i prodotti naturali del territorio (Km0) per capire il ruolo che hanno nella vita di ogni persona. Attraverso la coltivazione di un orto, appendere la differenza tra prodotti importati e prodotti coltivati a km0 e l'importanza del proprio impegno personale nel perseguire uno stile di vita naturale. L'allievo apprende come costruire un piano per realizzare un orto. Metodo: simulazioni, ricerca, cartelloni, esperienze pratiche Prodotti dell'attività: pratica di coltivazione nell'orto in cassetta	18	scuola di riferimento (orto scolastico o orto in cassetta di For.Ma) o Centro Bigattera	2	9
DALLA TERRA ALLA TAVOLA	scuola secondaria primo grado	linguistico-espressiva-scientifica	esperienza in campo	L'allievo potrà recuperare nella quotidianità le esperienze legate al cibo e come queste influenzino la vita della propria famiglia (spesa consapevole, lettura etichette, rapporto qualità/prezzo). Si potrà riflettere sui più comuni stereotipi alimentari. L'allievo saprà riconoscere i prodotti tipici e tradizionali del territorio approfondendo la differenza tra prodotti importati e prodotti coltivati a km0** Metodo: simulazioni, Q&A, ricerca-intervista Prodotti dell'attività: costruire un ricettario e realizzare una piccola merenda con prodotti del territorio	8	scuola di riferimento (orto scolastico o orto in cassetta di For.Ma) o Centro Bigattera	2	4

**nb. L'esperienza si può sostituire con una sessione di laboratorio presso il Centro Polivalente -Bigattera in serra, per una o più giornate)

*** a scopo precauzionale, si prega di comunicare, all'esperto che terrà la lezione la presenza di eventuali soggetti allergici ad alimenti, particolari ingredienti o/e punture d'insetti. For.Ma declina ogni responsabilità in caso di reazioni allergiche o di altra natura.

COSTI DEI LABORATORI

Il costo di ciascun corso è di 792,00EURO (esente IVA) comprensivo di materiali didattici.

Il costo del modulo aggiuntivo esperienze aromatiche lez.5 è 198EURO (esente IVA)

Il costo del modulo *orto in classe* è 1782EURO (esente IVA comprensivo di materiali didattici).

*SPESE ESCLUSE: sono escluse le spese di trasporto per le uscite e ogni altra voce non espressamente indicata

PER INFORMAZIONI

Chiara Delfini - chiara.delfini@formazionemantova.it - Tel.: 0376-432550/537

Coordinamento progetti - Resp.comunicazione

Azienda Speciale della Provincia di Mantova

Formazione Mantova - For.Ma - Via Gandolfo, 13 - 46100 Mantova