

**PROGETTO *PANE per i tuoi DENTI*  
del *ROTARY CLUB BRA*  
a.r. 2019-2020**

L'insegnante referente per il nostro Club nelle Scuole, la maestra Caterina Marengo, sottolinea la forza motivazionale del progetto con queste parole:

***QUESTO PROGETTO HA RAGGIUNTO L'OBIETTIVO e  
HA DATO FORZA agli INSEGNANTI ALIMENTANDONE  
la MOTIVAZIONE e la CONSAPEVOLEZZA di NON  
ESSERE SOLI e di AGIRE per il BENE, in accordo con  
la RICERCA SCIENTIFICA e MEDICA***

**Inoltre, ecco i**

**Feedback dei docenti delle classi Prime e Seconde  
della Scuola primaria  
sulle attività didattiche svolte in aula**

L'incontro con il dentista è stato molto interessante e ai bambini (classe prima San Michele) è piaciuto tantissimo. Siccome sono piccoli, abbiamo utilizzato il personaggio "Carius" come super eroe che ci aiuta a mantenere i denti sani e belli. Lo coinvolgiamo ogni volta che, fermandosi per i rientri o per il doposcuola, si devono lavare i denti. Inoltre discutiamo spesso su quando mangiare le merendine e quando se ne potrebbe fare a meno, sull'importanza del dosare le caramelle in quanto ricche di zuccheri.

**Classe prima San Michele**

-----

Il progetto ha riscosso interesse nei bambini e apprezzamento positivo nelle insegnanti.

L'intervento in classe degli esperti è stato positivo, la lezione ha incuriosito e coinvolto i bambini.

Le insegnanti della classe 1<sup>a</sup> suggeriscono di inserire un'attività di coinvolgimento pratico su come effettuare una corretta igiene orale attraverso l'uso di modellini, pupazzi...

Attività che vengono svolte a scuola legate al progetto:

- merenda sana;
- esperienze pratiche all'orto;
- attività di laboratorio di educazione alimentare con gli studenti dell'Università del gusto di Pollenzo;
- rielaborazione orale e grafica dell'attività svolta in classe dai dottori (classe 1<sup>a</sup>);
- costruzione del "semaforo della merenda" (classe 2<sup>a</sup>).

Ringraziamo i dottori per i loro interventi e te per l'organizzazione.

### **Classi prime e seconde Pollenzo**

-----

Nel nostro plesso di Riva sono stati coinvolti tutti gli alunni nel progetto, essendo essi pochi e pensando che potesse servire a tutti. Hanno pertanto assistito tutti insieme alle lezioni, che sono risultate chiare ed interessanti.

Gli alunni di prima, seconda, terza hanno ripreso gli argomenti trattati dai medici con conversazioni in classe, mentre gli allievi di 4<sup>a</sup>/5<sup>a</sup> in Scienze hanno realizzato una mappa concettuale sull'ultima lezione del Dottor Porro sull'Educazione alimentare e hanno poi realizzato un PADLET sulla Lim.

Con la presente noi insegnanti cogliamo l'occasione per ringraziare il Rotary per l'arricchente Progetto.

### **Classi della Riva**

-----

A seguito dell'intervento del dott. Gili del 7 febbraio le insegnanti della classe 2A hanno costruito un percorso interdisciplinare che ha visto come punto di partenza la sana alimentazione e che si svilupperà nei mesi di marzo e aprile in questo modo :

- uscita al mercato (geografia : percorsi) per vedere quali sono frutta e verdura di stagione
- acquisto di arance per le proprietà del frutto (vitamine), divisione a metà e quarti, porzioni (matematica e scienze)
- healthy food con i cibi in inglese e le preferenze degli stessi
- gita a fine aprile al museo MACA di Torino per un per un percorso sui colori legato al cibo
- produzione di un piatto suddiviso per porzioni e colori

### **Classi seconde Montalcini**

-----

Vivo apprezzamento ha riscosso il progetto nella sua duplice espressione:

- L'intervento del dentista nelle assemblee di classe è stato uno strumento efficace di sensibilizzazione: apprezzamenti sono giunti dai genitori presenti e si sono incrementate le visite dentistiche di controllo.
- L'intervento del dentista in classe è stato importante per stimolare gli alunni ad una maggior cura dell'igiene orale e alla riduzione del

consumo di zuccheri. Lavare i denti dopo i pasti è diventato un momento "sacro" : gli alunni si sollecitano reciprocamente a porre attenzione al corretto spazzolamento e al tempo di lavaggio.

Lo stimolo a curare l'alimentazione ha sostenuto il nostro sforzo di far sì che a mensa tutti assaggino tutto, comprese le verdure meno gradite.

Abbiamo poi introdotto il giorno della merenda sana: ogni mercoledì a metà mattina ciascuno porta frutta fresca o secca in sostituzione delle merendine.

Un progetto completo che sta portando frutto

### **Classi prime Mosca**

-----

Le insegnanti della 2<sup>a</sup>A già dallo scorso anno spontaneamente hanno intrapreso un percorso autodidattico di educazione ad un'alimentazione sana.

In mensa si richiede di assaggiare tutti i cibi al fine di proporre sensazioni gustative diversificate e si evitano sprechi lasciando avanzi nei piatti.

Per la merenda di metà mattinata, ogni giorno si dedicano alcuni minuti al "giro merende" con la proclamazione delle merende più sane. Ad oggi circa il 90% degli alunni porta a scuola un frutto, o un panino, o la torta fatta in casa, o pane e formaggio,... Inoltre le insegnanti hanno proposto di evitare le bevande zuccherate e gasate per la merenda quotidiana e in occasione dei compleanni che si festeggiano a scuola. Le famiglie hanno cooperato alla buona riuscita di questa iniziativa.

L'intervento del dottor Vanni è stato molto utile per far acquisire ulteriore consapevolezza su queste sane e corrette abitudini alimentari, già in fase di consolidamento in classe. La piramide alimentare, ben illustrata dal dottore e riesaminata durante le ore di scienze, ha fatto riflettere gli alunni sui cibi basilari da consumare e sulla composizione degli alimenti: si sente dire ad esempio "Oggi mangio carboidrati, sono alla base dell'alimentazione", "La frutta fa bene",... Alcuni alunni, ancora restii alla merenda sana, hanno rivisto il loro comportamento.

A scuola, poi, abbiamo provato a fare una torta che fosse il più possibile salutare sfruttando le indicazioni avute dal medico. Scelta una ricetta semplice, abbiamo sostituito il burro con l'olio, lo zucchero con il miele, constatando che per preparare la torta non ci vuole tanto tempo e il costo è molto contenuto.

Gli interventi degli esperti, che hanno guidato il corso per gli insegnanti nell'ambito del progetto "Pane per i tuoi denti", sono stati molto validi. Hanno approfondito con sistematicità e in modo critico il discorso sull'alimentazione sana e consapevole partendo dalle origini del cibo e presentando gli effetti negativi nel corso della storia, sia dovuti all'agricoltura, sia all'allevamento. Hanno individuato ed esaminato i vari problemi che ne conseguono, anche a livello mondiale e proposto metodi per superarli. È stato un ottimo modo per ampliare le nostre conoscenze e confermare la necessità di educare al gusto, ad una sana alimentazione e alla salvaguardia dell'ambiente.

**Classi seconde Mosca**

-----

L'incontro con il dentista ha avuto una discreta partecipazione da parte dei genitori che hanno seguito con interesse l'intervento.

A seguito dell'incontro le insegnanti hanno focalizzato alcuni obiettivi che hanno cercato di perseguire:

**Merenda sana:** un giorno la settimana i bambini sono stati invitati a consumare un frutto portato da casa. È stato predisposto un cartellone su cui i bambini hanno segnato tutte le volte in cui hanno portato il frutto e, mensilmente, attraverso una sana competizione, il maggiore consumatore o la maggiore consumatrice di frutta ha ricevuto un premio.

È stata colta l'occasione per avviare in **ambito scientifico** una discussione collettiva sul **senso del gusto**, sulle **proprietà** di alcuni cibi partendo da quelli preferiti dai bambini, per giungere ad individuare quelli più salutari e quelli da evitare per la salute dei nostri denti.

Alcuni **arredi** della classe sono stati **decorati** con frutta e ortaggi.

Durante il pasto nella **mensa scolastica**, tutti i bambini sono stati invitati ad assaggiare, annusare e non sprecare il cibo nel piatto. In particolare i bambini si sono impegnati a **non sprecare** mai il pane, riuscendo costantemente a raggiungere questo obiettivo.

Il consumo di frutta è stato incentivato anche grazie al **progetto Frutta nelle scuole**, attraverso il quale i genitori sono stati invitati a non dare merende ai bambini nei giorni stabiliti, proprio per permettere il consumo di frutta e ortaggi durante l'intervallo.

**Classi Prime e Seconde Don Milani**

-----

## **Dalla classe seconda San Michele**

**ISTITUTO COMPRENSIVO BRA2**

**ANNO SCOLASTICO 2019-20**

**Rendicontazione finale del PROGETTO DI EDUCAZIONE ALIMENTARE**

**” PANE PER I TUOI DENTI”**

**Presentazione del progetto alle famiglie: ottobre 2019 da parte del dottor Vanni.**

**Intervento in classe del dottor Scimone- fine gennaio 2020**

### **I destinatari dell'azione**

La classe di riferimento è la 2° della scuola primaria di San Michele, plesso “Martiri della resistenza” dell’Istituto Comprensivo Bra 2. La classe è composta da 16 alunni di età compresa tra i 7 e gli 8 anni, in cui lavorano tre insegnanti, una che si occupa dell’area linguistica e scientifica, l’altra dell’area matematica e l’ultima della lingua inglese. Non è presente nessun alunno BES certificato.

In classe sono presenti però alcuni alunni in attesa di diagnosi per disturbi specifici dell’apprendimento e un’alunna bilingue (parla sia italiano che spagnolo). Nel complesso la classe risulta essere eterogenea, ma equilibrata al suo interno; i bambini si aiutano a vicenda in un clima positivo favorevole all’apprendimento. La progettazione è rivolta a tutta la classe, con un’attenzione in più per gli allievi con più difficoltà.

### **LE COMPETENZE ATTESE**

**SCIENZE**

- *Descrivere semplici fenomeni della vita quotidiana legati al cibo*
- *Osservare e prestare attenzione al funzionamento del proprio corpo per riconoscerlo come organismo complesso, proponendo modelli elementari del suo funzionamento*

## **ITALIANO**

- *Ascoltare testi narrativi mostrando di saperne cogliere il senso globale e riesporli in modo comprensibile a chi ascolta*
- *Prendere parola negli scambi comunicativi rispettando i turni di parola*
- *Comprendere testi di tipo diverso, continui e non continui, in vista di scopi pratici*
- *Usare in modo appropriato le parole man mano apprese*
- *Organizzare un semplice discorso orale*

## **TECNOLOGIE**

- *Rappresentare i dati dell'osservazione attraverso tabelle, mappe, diagrammi, disegni, testi utilizzando strumenti multimediali*

## **EDUCAZIONE FISICA**

- *Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.*

*-Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.*

## **ARTE E IMMAGINE**

*- Sperimentare strumenti e tecniche diverse per realizzare prodotti grafici, plastici, pittorici e multimediali*

A seguito dell'intervento in classe del dottor Scimone, che ha descritto brevemente la piramide alimentare e la composizione degli alimenti, l'insegnante introduce una discussione con gli alunni per ricavare informazioni e conoscenze:

“Come mai il dottore dice che non possiamo mangiare la cioccolata tutti i giorni e invece la frutta e la verdura devono sempre essere mangiate? “

“ In quale modo si può scoprire quali alimenti è possibile mangiare in gran quantità?”

“ Quali solo saltuariamente? “

“ Quali sono i pro e i contro di una corretta alimentazione? “

Dalla discussione e dal brainstorming si raccolgono opinioni e idee che vengono visualizzate su un cartellone.

Si affronta l'argomento in modo trasversale proponendo letture sui cibi, leggendo insieme le etichette degli alimenti confezionati per comprenderne la composizione, si lavora a gruppi sull'individuazione dei pro e contro di un'alimentazione sana e si utilizzano gli strumenti digitali per la creazione di uno slogan pubblicitario sulle regole da seguire per la buona alimentazione (autodraw).

Dal mese di marzo 2020 il progetto di educazione alimentare continuerà in DaD, utilizzando la piattaforma digitale Classroom.

Per capire la composizione dei diversi alimenti si sono analizzate le etichette dei cibi per trovare somiglianze e differenze.

Gli alunni comprendono che i nomi dei componenti degli alimenti trovati sulle confezioni sono proprio quelle sostanze che ha presentato il dottor Scimone durante il suo intervento in classe.

Utilizzando dei video, dei power point e delle slide, i bambini hanno approfondito e studiato la composizione della frutta e la verdura, quindi sono state visualizzate le tabelle

dei valori nutrizionali di questi alimenti per comprendere di cosa siano composti principalmente e cosa contengano che gli altri alimenti non possiedono.

In seguito si è chiesto agli alunni di rappresentare graficamente sul proprio quaderno i raggruppamenti individuati e di rappresentare gli alimenti che contengono carboidrati, zuccheri, proteine, vitamine, sali minerali. Si sono incollate sul quaderno alcune etichette degli alimenti per mostrare quali sono i componenti principali di alcuni alimenti, in modo tale da rilevare che in ogni alimento vi sono diversi principi nutritivi.

Dopo aver scoperto la composizione degli alimenti, si propone la visione di un estratto della puntata sull'alimentazione e lo sport di "Esplorando il corpo umano" in modo tale che gli alunni comprendano in modo semplice come avviene l'assimilazione del cibo e la funzione di ciò che lo compone. L'insegnante porrà alcune domande stimolo per rilevare la comprensione da parte degli alunni, al fine di comprendere la funzione dei principi nutritivi.

Successivamente gli alunni cercano delle immagini di alimenti con le relative informazioni sui principi nutritivi, su libri da loro posseduti,

Infine, per consolidare l'argomento trattato, l'insegnante mostra un Power Point per riassumere gli apprendimenti acquisiti, presentando la funzione e la definizione dei diversi principi nutritivi.

Si procede con la presentazione e l'analisi testuale della fiaba "Regina della frutta". Successivamente si rifletterà sul messaggio che la storia vuole trasmettere.

Si svolgerà, durante le video-lezioni su meet, un momento di discussione in cui si chiederà agli alunni perché sia giusto che l'alimentazione sia varia e quali siano le motivazioni che ci spingono al consumo di alimenti in base alla piramide alimentare mostrata dal dottor Scimone. Ogni alunno dovrà intervenire e fornire la propria idea. Si chiederà agli alunni di creare una tabella sul quaderno in cui dovranno scrivere quali siano per loro i pro e i contro del seguire un'alimentazione sana.

Per far riflettere i bambini sull'importanza della buona alimentazione, si chiederà loro di creare uno slogan per pubblicizzare la festa di fine anno che faremo in video-lezione, sottolineando l'importanza di seguire uno stile di vita sano.

## **VALUTAZIONE**

Gli apprendimenti sono stati valutati utilizzando due rubriche valutative con valutazione da un livello avanzato ad un livello parziale. Saranno in questo modo rilevati gli obiettivi attraverso una valutazione di gruppo e una valutazione individuale.

Al termine del percorso agli alunni viene sottoposta una prova di verifica tramite l'utilizzo di learningapps per un'autovalutazione degli alunni a casa.

L'insegnante ha creato gli account studenti e inviato via mail alle famiglie il link di collegamento (<https://learningapps>) al fine di permettere agli alunni di svolgere l'attività e di monitorare il lavoro svolto.

Viene poi richiesto ai bambini di compilare una scheda di autovalutazione dove vengono proposti alcuni quesiti e viene chiesto di rispondere scegliendo un pallino rosso, giallo o verde o fornendo una breve considerazione scritta.

## RUBRICA VALUTATIVA DEL LAVORO INDIVIDUALE

|                                                    | <b>LIVELLO AVANZATO</b>                                                                                                                      | <b>LIVELLO INTERMEDIO</b>                                                                                              | <b>LIVELLO DI BASE</b>                                                                                                                      | <b>LIVELLO PARZIALE</b>                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ORGANIZZAZIONE E STRUTTURA DELL'ESPOSIZIONE</b> | L'alunno rielabora le informazioni in modo consapevole e le presenta con un'esposizione chiara, organizzata e coinvolgente in modo autonomo. | L'alunno seleziona e interpreta le informazioni. Le presenta con un'esposizione chiara e sequenziale in modo autonomo. | L'alunno individua le informazioni essenziali e le presenta con un'esposizione sufficientemente chiara, mancando talvolta di sequenzialità. | L'alunno individua le informazioni essenziali, ma non riesce a presentarle con un'esposizione abbastanza chiara e logica; spesso si interrompe e non riesce a proseguire senza l'aiuto dell'insegnante. |
| <b>CONOSCENZA DEL CONTENUTO</b>                    | L'alunno mostra piena conoscenza delle informazioni presentate.                                                                              | L'alunno ha una buona conoscenza delle informazioni presentate.                                                        | L'alunno non padroneggia del tutto le informazioni presentate.                                                                              | L'alunno mostra carenze nella conoscenza dell'argomento.                                                                                                                                                |
| <b>COMPETENZA LINGUISTICA (COR-</b>                | L'alunno mostra un'ottima                                                                                                                    | L'alunno presenta una buona                                                                                            | L'alunno presenta una suffi-                                                                                                                | L'alunno non dimostra una                                                                                                                                                                               |

|                                                         |                                                                                                                       |                                                                                                   |                                                                                                               |                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>RETTEZZA SINTATTICA, USO DEL LESSICO SPECIFICO).</b> | conoscenza linguistica: non fa errori grammaticali nell'esposizione e la velocità dell'eloquio è ottima e scorrevole. | conoscenza linguistica: fa uno o due errori grammaticali, l'eloquio è scorrevole e comprensibile. | ciente competenza linguistica: fa tre o quattro errori grammaticali, ma la sua presentazione è comprensibile. | sufficiente conoscenza linguistica: fa oltre i cinque grammaticali e l'eloquio è interrotto frequentemente. |
|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Si riportano di seguito alcune attività svolte dai bambini in modalità Didattica a distanza

## **I miei pasti**

### **LA COLAZIONE**

RISPONDI SOTTOLINEANDO O EVIDENZIANDO LA RISPOSTA PER TE CORRETTA.

#### **1. Fai la prima colazione?**

- Sì sempre.
- No mai.
- Quasi sempre
- Quasi mai, solo in qualche occasione speciale.

#### **2. Quanto tempo dedichi alla prima colazione nei giorni di scuola?**

- Meno di 15 minuti.
- Più di 15 minuti

### **In vacanza?**

- Meno di 15 minuti.
- Più di 15 minuti.

### **3. Che cosa mangi?**

**Scrivi che cosa mangi a metà mattina e a merenda.**

La merenda del mattino:

La merenda del pomeriggio

- Cerca sulle riviste delle immagini di frutta e verdure, oppure le puoi disegnare e colorare.
- Suddividi i frutti e le verdure per colore e incollali su dei fogli scrivendo:

**GIALLO COME:** (incolli il limone, il melone...)

**ROSSO COME:** (incolli il disegno della mela, del pomodoro...)

Queste tavole (fogli con le verdure e frutti) non perderle perché quando torneremo a scuola le appenderemo su un cartellone. Grazie!

Bra, giugno 2020

L'insegnante referente del progetto:

Agnese Quaranta