

Modello curriculare per la scuola primaria

Educazione alimentare

Obiettivi

- Favorire la conoscenza di corretti comportamenti alimentari, per promuovere una sana alimentazione ed un corretto stile di vita per la salvaguardia della salute.
- Rimuovere gli errati comportamenti alimentari, conoscendone i rischi.
- Analizzare e riflettere sugli abituali comportamenti alimentari.
- Essere consapevoli delle proprie responsabilità per migliorare lo stile alimentare e di vita propria e della comunità.
- Far comprendere che l'argomento "alimentazione" può essere analizzato da diversi punti di vista.
- Sviluppare strategie di prevenzione per la salute propria e della comunità.
- Diventare consumatori consapevoli, in grado di operare scelte nutrizionalmente valide e corrette.
- Conoscere le malattie legate ad una scorretta alimentazione ed essere consapevoli dell'importanza della prevenzione.

Il percorso didattico modulare delle scuole elementari prevede l'acquisizione di
conoscenze, competenze ed atteggiamenti

Sapere

- Il cibo è fonte di energia ed è necessario per la crescita.
- I principi nutritivi.
- La funzione dei principi nutritivi.
- I gruppi alimentari.
- Gli alimenti protettivi.
- Le porzioni per numero e dimensioni.
- Varietà dei cibi per una buona salute (piramide alimentare).
- Rischi per la salute legati all'alimentazione.
- Le norme igieniche per la manipolazione dei cibi.
- Le etichette e le informazioni nutrizionali.
- Linee guida per una sana alimentazione.

Saper fare

- Comprendere la necessità di nutrirsi per crescere e per vivere.
- Conoscere i principi nutritivi ed il loro ruolo.



- Conoscere gli alimenti e saperli scegliere.
- Conoscere i gruppi alimentari.
- Classificare i cibi in base ai nutrienti ed ai gruppi alimentari.
- Riconoscere i gusti che caratterizzano i cibi nei gruppi alimentari attraverso i sensi.
- Combinare i cibi utilizzando i gruppi alimentari.
- Conoscere il contributo dei gruppi alimentari nel mantenere la salute.
- Riconoscere spuntini salutari in ogni gruppo alimentare.
- Conoscere le norme igieniche per la manipolazione dei cibi per salvaguardare la propria salute e quella degli altri.
- Conoscere i rischi relativi ad una alimentazione scorretta.
- Utilizzare la capacità di lettura delle etichette per operare scelte nell'acquisto degli alimenti.
- Attuare le principali norme igienico sanitarie prima e dopo il consumo dei pasti.
- Utilizzare la piramide alimentare per consumare ogni giorno un pasto corretto.
- Utilizzare le conoscenze di nutrizione per migliorare il consumo di alimenti protettivi.
- Correlare le porzioni dei cibi ai volumi di oggetti conosciuti.
- Correlare le porzioni ed i volumi dei cibi alla piramide alimentare.
- Collocare i cibi più graditi nella piramide alimentare e valutare se il loro consumo è rispettoso delle porzioni previste.
- Riconoscere gli sprechi di frutta e verdura in mensa.
- Individuare ed attuare le tecniche per migliorare il consumo di alimenti protettivi in mensa e a casa.
- Analizzare e conoscere come la pubblicità ed i mezzi di comunicazione possono influenzare i consumi degli snacks.
- Come collocare gli alimenti in frigorifero.
- Riconoscere e distinguere lo stimolo dell'appetito dalla voglia di qualcosa di buono.
- Conoscere le più elementari regole di rispetto dell'ambiente.
- Indicare soluzioni e proporre interventi per migliorare "il proprio ed altrui benessere".

Saper essere

- Essere consapevoli che le famiglie e gli individui hanno differenti modelli di alimentazione salutare.
- Essere in grado di adottare una corretta alimentazione, ovvero varia ed equilibrata supportata da un'adeguata attività fisica.
- Essere in grado di consumare pasti e snacks ad intervalli regolari, rispettando i corretti volumi.
- Essere in grado di scegliere gli spuntini più salutari.
- Essere in grado di negoziare un piano alimentare per la famiglia.
- Essere in grado di consumare cibi voluttuari sporadicamente ed in quantità moderate, affinché non diventino rischiosi per la salute.
- Essere consapevoli della corretta manipolazione e conservazione dei cibi.
- Essere consapevoli che le etichette sono la carta d'identità dei cibi.
- Essere consapevoli delle pressioni esercitate dai mass media per orientare i consumi.

Aspetti interdisciplinari

Lingua italiana

Conoscere e individuare le caratteristiche del codice linguistico.
Acquisire e consolidare la tecnica della lettura e della scrittura.
Comprendere ed utilizzare le sequenze informative di testi regolativi.
Ricavare informazioni da semplici grafici, schemi, tabelle.
Trasformare semplici testi informativi in grafici, schemi e tabelle.
Comprendere l'argomento centrale e le informazioni essenziali di testi espositivi.
Ascoltare, leggere e comprendere brevi testi informativi.
Produrre e rielaborare testi scritti.

Matematica

Leggere e scrivere correttamente i numeri.
Usare consapevolmente i numeri nelle situazioni quotidiane.
Riconoscere e descrivere le principali relazioni spaziali.
Riconoscere e descrivere le principali relazioni causa – effetto.
Classificare in base ad una o più proprietà.
Rappresentare dati numerici, utilizzando le tabelle.
Raccogliere dati e organizzarli in base alle loro caratteristiche.
Riconoscere e risolvere situazioni problematiche.
Raccogliere dati mediante questionari.
Rappresentare situazioni con tabelle e grafici.
Porsi e risolvere problemi in contesti esperienziali.
Conoscere ed utilizzare le unità di misura del Sistema Italiano ed Internazionale.
Conoscere i sistemi di misura del passato.

Informatica

Conoscere le strumentalità di base.
Saper utilizzare un programma.

Geografia, Storia, Studi Sociali

Orientarsi nel tempo e nello spazio.
Ricostruire in sequenze momenti della vita quotidiana od avvenimenti specifici.
Riconoscere i simboli più comuni per individuare gli alimenti e le loro etichette.
Acquisire uno specifico modo di osservare la realtà presente e passata svolgendo attività di ricerca con particolare riferimento alla storia e al territorio italiano e provinciale.
Ricostruire con l'analisi di documenti l'evolversi delle abitudini alimentari nel tempo ed il debellamento di malattie e di epidemie legate alle errate abitudini alimentari ed alla mancanza di igiene.
Conoscere e comprendere regole della convivenza civile.

Scienze

Avviare alla scoperta di un metodo scientifico di indagine attraverso semplici esperienze concrete.
Confrontare fenomeni cogliendone le relazioni di causa ed effetto.
Comprendere che tale metodo si articola in fasi successive ben precise.
Raccogliere e selezionare informazioni e dati.
Realizzare semplici esperimenti per confermare o confutare ipotesi.
Conoscere i principi nutritivi degli alimenti ed identificare una dieta idonea all'età dell'individuo e alla sua attività.
Utilizzare semplici strumenti (bilancia).
Acquisire che il corpo umano è una macchina capace di trasformare materia in energia.
Conoscere e distinguere concetti sperimentali di forza ed energia.
Comprendere che per compiere un lavoro ci vuole energia.
Sviluppare capacità senso –percettive (con l'uso dei sensi).

Educazione all'immagine

Leggere ed interpretare con occhio critico le pubblicità dei mass media.

Conoscere le tecnologie multimediale e informatiche.

Sviluppare la capacità di ritagliare, incollare, modellare e manipolare.

Produrre messaggi visivi con tecniche diverse.

Padroneggiare alcuni elementi di narrazione per immagini.

Educazione motoria

Sviluppare attività di motricità fine (es. tagliare la carne, sbucciare la frutta).

Individuare soluzioni, anche creative, funzionali alla risoluzione di un problema.

Affrontare attività motorie diverse e va-

lutarne il dispendio calorico.

Sviluppare le capacità senso-percettive

Educare al suono e alla musica

Ascoltare e distinguere eventi sonori (della cucina e della mensa).

Ascoltare e distinguere suoni prodotti da alimenti.

Comprendere messaggi sonori.

Comprendere e sperimentare il significato della Tafelmusik "musica da tavola" che nel passato allietava i momenti conviviali dei nobili.

Costruire semplici strumenti musicali utilizzando materiali legati all'alimentazione.

Inventare suoni e melodie con semplici strumenti.



1 - 2. Preparazione di una torta



3 - 4. Preparazione di un frullato



Una carica per tutto il giorno

✓ Attività 1

La colazione

Destinatari

Alunni della classe prima e del primo biennio della scuola primaria.

Obiettivo generale

Essere consapevoli dell'importanza di una corretta prima colazione.

Obiettivi specifici

Gli alunni conoscono le abitudini della classe riguardo la prima colazione.

Gli alunni sono in grado di comprendere quali colazioni sono corrette.

Contenuti

Alimenti idonei per una corretta colazione.

Metodo

- Brainstorming o tempesta di parole (utilizzare un cartellone sul quale trascrivere

i pensieri, le osservazioni o tutto ciò che gli alunni esplicitano rispetto alla prima colazione.

- Tabella (utilizzare l'allegato A) ogni alunno deve inserire gli alimenti che consuma a colazione per una settimana
- Esperienza diretta (assaggio). consumare la colazione in classe assaggiando cibi diversi – discussione plenaria e condivisione dell'esperienza.

Strumenti

Cartellone - scheda individuale - alimenti per la prima colazione - pennarelli

Tempi

2 lezioni di due ore ciascuna

Verifica

Analisi dei consumi all'inizio del lavoro

Monitoraggio per una settimana

Analisi dei risultati ad un mese di distanza

Discipline coinvolte

Lingua - Matematica - Scienze

Gli alimenti che consumi a colazione in una settimana

Colorare una casella per ogni preferenza espressa

Latte	The	Dolci	Yogurt	Succo	Pane/ Fette bisc	Biscotti	Altro	Nulla	

Qual è l'alimento più consumato?

Qual è l'alimento meno consumato?



✓ Attività 2

Leggo le etichette

Destinatari

Alunni del 2° biennio della scuola primaria.

Obiettivo generale

Saper scegliere con sicurezza prodotti di qualità per la prima colazione.

Obiettivi specifici

Gli alunni sono in grado di leggere e valutare un'etichetta di un biscotto, di una fetta biscottata, di un succo di frutta, di una marmellata per la prima colazione.

Contenuti

Decreto Legislativo n° 109 del 27/01/1992
Decreto Legislativo n° 77 del 16/2/1993 (etichetta nutrizionale).

Metodo

- Utilizzare l'allegato

ogni alunno deve incollare le etichette degli alimenti stabiliti che comunemente consuma durante la prima colazione.

- Confrontare le etichette scelte dagli alunni ed osservare le differenze (sia nutrizionali che grafiche).

Preparare una griglia in cui inserire gli ingredienti dei prodotti e valutarne le differenze.

Strumenti

Cartellone - etichette dei vari alimenti - griglia

Tempi

2 lezioni di due ore ciascuna

Verifica

Lettura delle etichette
Analisi delle etichette
Scelta dei prodotti migliori

Discipline coinvolte

Lingua - Scienze - Immagine

Tagliare ed incollare etichette di differenti confezioni di biscotti e confrontarle

Osservazioni:

✓ Attività 3

Il miele

Destinatari

Alunni della classe prima e del primo biennio della scuola primaria.

Obiettivo generale

Conoscere il miele.

Obiettivi specifici

Gli alunni conoscono le api e gli alveari.
Gli alunni conoscono il ciclo di produzione e le proprietà nutritive del miele.

Contenuti

Principi nutritivi del miele.
Ciclo produttivo delle api.

Metodo

Ricerca di gruppo sul miele e sulle api.
Esposizione della ricerca ai propri compagni con drammatizzazione.
Ogni bambino interpreta un personaggio.

Strumenti

Enciclopedia, computer, carta, penna

Tempi

3 ore

Verifica

Utilizzare la scheda allegata prima e dopo la ricerca.

Discipline coinvolte

Lingua - Matematica - Scienze - Educazione fisica

Verifica dell'attività 3

1. Dove vivono le api?
2. A cosa serve il favo?
3. Che compito ha l'ape operaia?
4. Che compito ha l'ape regina?
5. Che compito ha il fuco?
6. Le api operaie dove raccolgono il polline?
7. A cosa serve il polline?

Risposte

1. *Le api vivono nelle arnie.*
2. *Il favo serve alla raccolta del miele.*
3. *L'ape operaia ha il compito di raccogliere il polline dai fiori.*
4. *L'ape regina ha il compito di deporre le uova da cui nasceranno nuove api.*
5. *Il fuco ha il compito di unirsi alla regina durante il volo nuziale.*
6. *Le api operaie raccolgono il polline dai fiori.*
7. *Le api operaie utilizzano il polline per trasformarlo in miele.*

✓ Attività 4

Il miele

Destinatari

Alunni della classe prima e del primo biennio della scuola primaria.

Obiettivo generale

Conoscere il miele, i suoi benefici per la salute ed incrementarne il suo consumo.

Obiettivi specifici

Gli alunni conoscono le proprietà del miele. Gli alunni imparano ad utilizzare il miele come dolcificante.

Contenuti

Principi nutritivi del miele.

Attività

Cuciniamo in classe la crema di banane dolcificata con il miele

Metodo

Utilizzare la scheda allegata.

Strumenti

Ingredienti indicati nella scheda – teglia – utensili da cucina.

Tempi

3 ore

Verifica

Scriviamo con la mamma una ricetta con il miele e sperimentiamola a casa: portiamo il prodotto a scuola per l'intervallo.

Discipline coinvolte

Lingua - Matematica - Scienze

Prepariamo la crema di banane

Ingredienti:

n° 2 banane mature
ricotta g 250
miele 2 cucchiari
latte quanto basta
qualche biscotto secco sbriciolato
succo di limone

Sbucciamo le banane e schiacciamole con una forchetta.

In una terrina poniamo la ricotta, il succo del limone ed un pò di latte. Aggiungiamo il miele e le banane schiacciate. Amalgamiamo bene gli ingredienti e poniamo la terrina in frigorifero.

Dopo un paio d'ore la crema risulterà soda, potremo cospargerla con briciole di biscotti e consumarla.

✓ Attività 5

Buon giorno... sono tutto un fermento

Destinatari

Alunni della prima classe della scuola primaria.

Obiettivo generale

Conoscere lo yogurt.

Obiettivi specifici

Gli alunni conoscono lo yogurt attraverso i 5 sensi.

Contenuti

Funzione dei cinque sensi.

Caratteristiche organolettiche dello yogurt.

Attività

Usiamo i 5 sensi

Metodo

Esperienza diretta tramite i 5 sensi e verbalizzazione guidata con griglia.

VISTA gli alunni dovranno **vedere** il colore, la consistenza dello yogurt e riportare su di una scheda ciò che hanno sperimentato.

ODORATO gli alunni dovranno **annusare** lo yogurt e riportare su di una scheda ciò

che hanno sperimentato.

GUSTO gli alunni dovranno **assaggiare** lo yogurt e scoprire il sapore se acido, amaro, dolce e riportare su di una scheda ciò che hanno sperimentato.

TATTO gli alunni dovranno **toccare** lo yogurt e capire la consistenza, la viscosità, la compattezza e riportare su di una scheda ciò che hanno sperimentato.

UDITO far cadere su di un piatto od in una scodella lo yogurt e far **sentire** agli alunni ciò che avvertono; sentire i rumori della bocca quando si deglutisce. riportare su di una scheda ciò che gli alunni sperimentano.

Strumenti

Scheda individuale - yogurt - piatto o bicchiere - cucchiaio.

Tempi

2 ore

Verifica

1) Questionario di ingresso

Questionario d'uscita

o

2) Descrizione delle caratteristiche organolettiche di vari tipi di yogurt (alla frutta, intero, scremato con muesli, ecc).

Discipline coinvolte

Lingua - Scienze

✓ Attività 6

Buon giorno... sono tutto un fermento

Destinatari

Alunni del 1° biennio della scuola primaria.

Obiettivo generale

Conoscere lo yogurt.

Obiettivi specifici

Gli alunni conoscono le fasi di preparazione dello yogurt: casalinga, industriale, nell'antichità e nel mondo.

Contenuti

Principi nutritivi dello yogurt.

I fermenti lattici.

Metodo

Sperimentazione attiva

Preparare lo yogurt in classe utilizzando la scheda allegata

Approfondimenti (tramite ricerca)

- Preparazione industriale dello yogurt. preparazione dello yogurt nell'antichità
- Preparazione industriale nel mondo.

Strumenti

Latte fresco pastorizzato – recipiente di terracotta con coperchio – fermenti liofilizzati in bustina – cucchiaio – panno di lana – internet – enciclopedia – cartelloni – (macchina fotografica) – pennarelli.

Tempi

3 ore

Verifica

Completare le schede allegate A e B.

Discipline coinvolte

Lingua - Scienze - Storia e geografia

Prepariamo lo yogurt in classe

Ingredienti:

latte fresco pastorizzato litri 1

recipiente di terracotta con coperchio

una bustina di fermenti liofilizzati (che si acquista in farmacia) od uno yogurt al naturale

Scaldiamo il latte nel tegame di coccio sino a raggiungere la temperatura di circa 40°C.

Togliamo il tegame dal fuoco, aggiungiamo al latte tiepido lo yogurt od i fermenti, mescoliamo bene e copriamo la pentola con un panno di lana.

Poniamo il tegame in un luogo caldo (ad es. vicino ad un calorifero).

Dopo circa 15 ore lo yogurt è pronto e prima di consumarlo possiamo sottoporlo a filtraggio.

Verifica

SCHEDA A

Termini da inserire nel testo

fermentazione ⁽¹⁾

batteri nocivi ⁽²⁾

frigorifero ⁽³⁾

lattosio ⁽⁴⁾

acido lattico ⁽⁵⁾

fermenti lattici ⁽⁶⁾

Lo yogurt è un prodotto di.....⁽¹⁾ del latte che avviene attraverso microrganismi chiamati.....⁽⁶⁾

La preparazione dello yogurt è stata scoperta tanti anni fa quando il latte non poteva essere conservato in⁽³⁾ e poteva diventare così un terreno per.....⁽²⁾

L'azione di questi microrganismi è quella di trasformare⁽⁴⁾ in⁽⁵⁾

SCHEDA B

Preparazione dello yogurt nel mondo

- Individuare sulla cartina geografica i paesi del mondo in cui viene preparato lo yogurt.
- Individuare come viene chiamato lo yogurt nei paesi in cui viene prodotto.

✓ Attività 7

Buon giorno... sono tutto un fermento

Destinatari

Alunni del primo biennio della scuola elementare.

Obiettivo generale

Conoscere lo yogurt.

Obiettivi specifici

Gli alunni conoscono le proprietà nutrizionali dello yogurt.

Contenuti

Principi nutritivi dello yogurt e benefici per la salute.

Attività

Metodo

- **Ricerca** individuale o a gruppi sulle proprietà nutrizionali dello yogurt e successiva verbalizzazione.
- griglia in cui **inserire** gli apporti nutrizionali dello yogurt bianco ed alla frutta.
- **confrontare** i dati nutrizionali dello yogurt al naturale e quello alla frutta.

Strumenti

Scheda sullo yogurt - griglia - questionario - cartellone - pennarelli - confezione di yogurt bianco ed yogurt alla frutta.

Tempi

2 lezioni per 4 ore complessive.

Verifica: questionario da predisporre
Questionario (allegato) di ingresso sullo yogurt.

Questionario (allegato) finale sullo yogurt.

Discipline coinvolte

Lingua - Scienze - Matematica

Lo yogurt

Lo **yogurt** è un alimento che deriva dalla **fermentazione** del latte operata da due **microrganismi** in associazione: lo *Streptococcus thermophilus* e il *Lactobacillus bulgaricus*.

La **fermentazione** è uno dei metodi più antichi a disposizione dell'uomo per prolungare la conservazione di alcuni alimenti, mantenendo inalterate parti delle proprietà nutrizionali.

L'azione di questi due **microrganismi** è quella di trasformare la gran parte del **lattosio**, che è uno zucchero e precisamente un disaccaride presente naturalmente nel latte, in acido lattico.

L'acido lattico, unitamente ad altri acidi che vengono prodotti in misura minore, è il principale responsabile del **tipico sapore fresco acido** dello yogurt.

La **tecnologia di produzione** dello yogurt prevede.

- l'omogeneizzazione e la pastorizzazione del latte.
- il suo raffreddamento sino alla temperatura di incubazione dei batteri (42

– 45°C) che operano questa trasformazione del latte.

- L'aggiunta dei microrganismi desiderati che iniziano il processo di fermentazione vero e proprio, che si considera terminato quando si raggiungono i livelli di acidità voluti.
- Il raffreddamento del latte, una volta fermentato, ad una temperatura di 4°C e quindi la sua conservazione.

Caratteristiche nutrizionali dello yogurt

Lo yogurt ha caratteristiche nutrizionali tali per cui può essere inserito come alimento nella dieta giornaliera per una sana e corretta alimentazione.

- Lo yogurt risulta essere più digeribile del latte in quanto il lattosio (disaccaride), grazie alla fermentazione, viene scisso in zuccheri più semplici (glucosio e galattosio - monosaccaridi) e quindi può essere assunto anche da chi soffre di lieve intolleranza al lattosio.
- Le proteine dello yogurt contengono

tutti gli aminoacidi essenziali.

- L'omogeneizzazione del prodotto permette che i lipidi presenti nello yogurt vengano assorbiti facilmente.
- Lo yogurt è un'ottima fonte di calcio
- Ha un'azione protettiva nei confronti

dell'apparato digerente poiché regola il pH gastrico e protegge e stimola la flora intestinale.

- Ha un indice di sazietà molto elevato, soprattutto lo yogurt intero.

Questionario

1. Come si chiama lo zucchero contenuto nel latte?

- a. Glucosio
- b. Lattosio
- c. Fruttosio

2. Per preparare lo yogurt il latte deve

- a. Bollire
- b. Fermentare
- c. Raffreddare

3. Lo yogurt fa bene alle ossa perché contiene

- a. Grassi
- b. Calcio
- c. Zucchero

4. Come si chiamano i microrganismi utilizzati nella preparazione dello yogurt

- a. Fermenti lattici
- b. Funghi
- c. Virus lattici

5. I microrganismi durante la fermentazione trasformano

- a. Il lattosio in acido lattico
- b. Le proteine in zuccheri
- c. Le vitamine in sali minerali

6. Lo yogurt deve essere conservato

- a. In frigorifero
- b. A temperatura ambiente
- c. Nel congelatore

Risposte esatte: 1b, 2b, 3b, 4a, 5a, 6a.

✓ Attività 8

Il latte

Destinatari

Alunni del primo biennio della scuola primaria.

Obiettivo generale

Conoscere il latte.

Obiettivi specifici

Gli alunni conoscono le fasi di produzione e conservazione del latte.

Contenuti

Fasi di lavorazione del latte

Il calore come metodo di conservazione del latte.

Attività - Il viaggio del latte

Metodo

esperienza diretta in una centrale del latte

- riportare su di una scheda ciò che gli alunni sperimentano durante la visita alla centrale.

Strumenti

Schede - matite - macchina fotografica - mezzo di trasporto.

Tempi

3 ore

Verifica

- Questionario di ingresso (in allegato)
Questionario d'uscita (in allegato).

Discipline coinvolte

Lingua - Scienze

Questionario

1. Come viene trasportato il latte nelle centrali del latte?

- a. Con autobotti
- b. In bottiglia
- c. In secchi di alluminio

2. Che cos'è la pastorizzazione?

Processo di conservazione tramite

- a. Il calore
- b. Processo di conservazione tramite il freddo
- c. Processo di conservazione tramite l'omogeneizzazione

3. Perché il latte viene omogeneizzato?

- a. Per rendere il latte più saporito
- b. Per rompere le particelle di grasso nel latte
- c. Per rendere il latte meno grasso

Risposte esatte: 1a, 2a, 3b, 4a, 5a, 6b.

4. Il latte fresco ha una durata di

- a. Tre giorni
- b. Due settimane
- c. Sei mesi

5. Il latte fresco deve essere conservato

- a. In frigorifero
- b. Nel surgelatore
- c. A temperatura ambiente

6. Il latte a lunga conservazione è stato sottoposto a

- a. Pastorizzazione
- b. Sterilizzazione
- c. Filtrazione

✓ Attività 9

Il latte

Destinatari

Alunni della classe prima della scuola primaria.

Obiettivo generale

Conoscere il latte.

Obiettivi specifici

Gli alunni conoscono il latte e gli animali che lo producono.

Contenuti

Quali sono gli animali che producono il latte.

Attività

Buon giorno, mi conoscete ... sono il latte

Metodo

- **Brainstorming** o tempesta di parole: trascrivere i pensieri, le osservazioni o tutto ciò che gli alunni esplicitano rispetto al latte.
- Ogni alunno deve riconoscere la madre ed il suo cucciolo, utilizzando una scheda predisposta dall'insegnante in cui vengono inseriti i mammiferi più comuni ed i loro piccoli.
- Lettura e drammatizzazione del testo *"Cara piccola Huè - Walk Over Scolastica. Autore: L. Tumiatì.*

Strumenti

Schede - matite.

Tempi

2 ore

Verifica

Descrizione degli animali che producono latte.

Discipline coinvolte

Lingua - Scienze

✓ Attività 10

Il latte

Destinatari

Alunni del 1° biennio della scuola primaria.

Obiettivo generale

Conoscere il latte

Obiettivi specifici

Gli alunni conoscono le fasi di preparazione del formaggio fresco.

Contenuti

Caratteristiche nutrizionali del latte

L'azione del calore sul latte

L'azione dell'acido sul latte

Attività

Prepariamo il formaggio fresco

Metodo

- Preparazione del formaggio in classe utilizzando la scheda allegata.

Strumenti

latte intero lt.1

aceto bianco 4 cucchiari

casseruola, cucchiaino, fornello, telo di cotone a maglie fitte, telo di cotone, piatto.

Tempi

1 ora per la preparazione e cottura del formaggio

6 ore in frigorifero

Verifica

Descrivere la modalità di preparazione del formaggio.

Discipline coinvolte

Lettere - Scienze - Matematica

Prepariamo il formaggio fresco

Ingredienti:

latte intero litri 1

aceto bianco 4 cucchiari

Tempi:

10 minuti per la preparazione

11 minuti per la cottura

6 ore per il riposo in frigorifero

Preparazione:

Mettere il latte in una casseruola e farlo bollire per circa 8 minuti. Aggiungere l'aceto (un cucchiaino alla volta) e cuocere per altri 3 minuti.

Togliere il recipiente dal fuoco. Il formaggio dovrebbe separarsi dalla parte liquida (siero). Se ciò non si è verificato rimettere la casseruola sul fuoco per altri 3 o 4 minuti.

A questo punto foderare uno scolapasta con un telo di cotone a maglie fitte e scolare il composto.

Strizzare bene il telo per eliminare tutto il siero ed addensare la parte solida (formaggio) trattenuta da tessuto.

Trasferire il formaggio su di un telo di cotone asciutto e coprirlo con un altro telo.

Appoggiare sopra un peso e farlo riposare in frigorifero per circa 6 ore.

✓ Attività 11

Il latte

Destinatari

Alunni del 1° biennio della scuola primaria.

Obiettivo generale

Conoscere il latte.

Obiettivi specifici

Gli alunni conoscono i vari tipi di latte.

Contenuti

Analisi sensoriali dei vari tipi di latte
Funzione del gusto e dell'odorato.

Attività

Assaggiamo i vari tipi di latte

Metodo

- Ricerca sugli organi di senso deputati al gusto ed all'odorato.

- Esperienza diretta attraverso l'utilizzo dei due sensi. Descrizione del sapore e dell'odore di varie tipologie di latte: latte fresco intero, latte scremato fresco, latte intero UHT, latte in polvere, latte di capra, latte condensato, latte di riso, latte di soia, latte d'asina, latte di pecora.

Strumenti

vari tipi di latte, bicchiere, cucchiaino, scheda individuale.

Tempi

1 ora per la ricerca
3 ore per l'esperienza da suddividere in tre momenti.

Verifica

Descrizione delle caratteristiche dei vari tipi di latte.

Discipline coinvolte

Lettere - Scienze - Immagine

✓ Attività 12

Il latte

Destinatari

Alunni della prima classe della scuola primaria.

Obiettivo generale

Conoscere il latte.

Obiettivi specifici

Gli alunni riconoscono il latte attraverso i cinque sensi.

Contenuti

Funzione dei cinque sensi
Caratteristiche organolettiche del latte.

Attività

Il viaggio del latte

Metodo

esperienza diretta tramite i 5 sensi e verbalizzazione guidata con griglia

VISTA gli alunni dovranno **vedere** il colore, la consistenza del latte e riportare su di una scheda ciò che hanno sperimentato.

ODORATO gli alunni dovranno **annusare** il latte e riportare su di una scheda ciò che hanno sperimentato.

GUSTO gli alunni dovranno **assaggiare** il latte e scoprire il sapore gradevole, dolce e riportare su di una scheda ciò che hanno sperimentato.

TATTO gli alunni dovranno **toccare** il latte e riportare su di una scheda ciò che hanno sperimentato.

UDITO far cadere in un bicchiere il latte e far **sentire** agli alunni ciò che avvertono; sentire i rumori della bocca quando si deglutisce e riportare su di una scheda ciò che gli alunni sperimentano.

Strumenti

Scheda n° 2 - latte - bicchiere.

Tempi

2 ore

Verifica

Descrizione delle caratteristiche organolettiche del latte intero, scremato, di capra, d'asina, di pecora.

Discipline coinvolte

Lingua - Scienze - Immagine - Motoria

✓ Attività 13

Il pane

Destinatari

Alunni del primo biennio della scuola primaria.

Obiettivo generale

Conoscere il pane.

Obiettivi specifici

gli alunni conoscono il pane attraverso i cinque sensi.

Contenuti

Funzione dei cinque sensi.

Caratteristiche organolettiche del pane.

Attività

Assaggiamo i vari tipi di pane

Metodo

- Ricerca sugli organi di senso.
- Esperienza diretta tramite i 5 sensi.

VISTA gli alunni dovranno **vedere** il colore, la consistenza del pane e riportare su di una scheda ciò che hanno sperimentato.

ODORATO gli alunni dovranno **annusare** il pane e riportare su di una scheda ciò che

hanno sperimentato.

GUSTO gli alunni dovranno **assaggiare** il pane e scoprire il sapore gradevole, dolce e riportare su di una scheda ciò che hanno sperimentato.

TATTO gli alunni dovranno **toccare** il pane e riportare su di una scheda ciò che hanno sperimentato.

UDITO spezzare il pane e far **sentire** agli alunni ciò che avvertono; sentire i rumori della bocca quando si mastica il pane e riportare su di una scheda ciò che gli alunni sperimentano.

Strumenti

vari tipi di pane (rosetta, pane toscano, pane arabo, baguette, ciabatta, pane raffermo, ecc), scheda.

Tempi

1 ora per la ricerca

3 ore per l'esperienza da suddividere in tre momenti

Verifica

Descrizione delle caratteristiche dei vari tipi di pane.

Discipline coinvolte

Lettere - Scienze - Immagine

✓ Attività 14

Il pane

Destinatari

Alunni del primo biennio della scuola primaria.

Obiettivo generale

Conoscere il pane.

Obiettivi specifici

gli alunni conoscono le fasi di lavorazione del pane.

Contenuti

Caratteristiche nutrizionali del pane.

L'azione del calore sull'impasto per la preparazione del pane.

L'azione del lievito sull'impasto per la preparazione del pane.

Attività - Impariamo a fare il pane

Metodo

preparazione del pane utilizzando la scheda allegata.

Strumenti

scheda allegata, farina di frumento 8 bicchieri, 1 panetto di lievito di birra, acqua, sale, teglia, forno.

Tempi

2 ore

Verifica

Prima della cottura: come si presenta l'impasto e che caratteristiche nutrizionali possiede. Dopo la cottura: la modifica delle caratteristiche fisiche e nutrizionali del pane.

Discipline coinvolte

Lettere - Scienze - Immagine

Prepariamo il pane

Ingredienti:

farina di frumento 8 bicchieri
lievito di birra 1 panetto

acqua 1 bicchiere
sale 1 pizzico

Preparazione:

Mettere il panetto di lievito in un bicchiere d'acqua tiepida e farlo sciogliere. Porre la farina setacciata in una ciotola in cui versare l'acqua con il lievito ed il sale. Impastare bene gli ingredienti e lasciare riposare il composto in un luogo tiepido per circa un'ora, con l'accortezza di coprire l'impasto con un panno umido in modo che la superficie non si secchi. Quando l'impasto è lievitato porlo in una teglia e ed infornarlo per circa 40 minuti a forno caldo.

✓ Attività 15

Il pane

Destinatari

Alunni del primo biennio della scuola primaria

Obiettivo generale

Conoscere il pane.

Obiettivi specifici

gli alunni conoscono le possibili utilizzazioni del pane raffermo.

Contenuti

caratteristiche bromatologiche del pane raffermo.

Attività A - ...solo pane fresco?

Metodo

ricerca attiva per l'utilizzo del pane raffermo.

Strumenti

libri di cucina, interviste, internet, block notes, registratore, matite, telecamera.

Tempi: 2 ore

Discipline coinvolte

Lettere - scienze - immagine - matematica

Attività B - ...solo pane fresco?

Metodo

gli alunni imparano ad utilizzare il pane raffermo preparando la panzanella.

Strumenti

pane raffermo, verdura mista (sedano, carota, pomodoro, insalata, peperone, ecc.) olio extra vergine d'oliva, limone, sale, ciotola, coltello, tagliere.

Procedimento

ammorbidire il pane nell'acqua. Intanto lavare la verdura, tagliarla in piccoli pezzi, metterla in una ciotola, condirla con i condimenti previsti. Strizzare bene il pane e sbriciolarlo nella ciotola in cui è contenuta la verdura. Mischiare con cura.

Tempi: 2 ore

Discipline coinvolte

Lettere - Scienze - Immagine - Matematica

Verifica delle attività svolte

DOMANDA	RISPOSTA 1	RISPOSTA 2	RISPOSTA 3	RISPOSTA 4
Quante ricette hai trovato per utilizzare il pane raffermo?				
Quali, oltre alle ricette, possono essere le utilizzazioni del pane raffermo?				

✓ Attività 16

Cosa mangiano i miei occhi

Destinatari

Alunni del primo biennio della scuola primaria

Obiettivo generale

Avvicinare il bambino all'uso del gusto per scoprire nuovi sapori ed il piacere di assaggiare.

Obiettivi specifici

- Indurre il bambino a capire che spesso l'apparenza di un alimento è ingannevole.
- Indurre il bambino a capire che talvolta, inconsapevolmente, facciamo delle associazioni vista/gusto errate.
- Acquisire la consapevolezza che il gusto è soggettivo e che non bisogna lasciarsi condizionare.
- Acquisire la consapevolezza che solo con l'assaggio si può stabilire se il sapore è di nostro gradimento.
- Acquisire la consapevolezza che spesso alimenti combinati tra loro creano abbinamenti di sapori inaspettati.

Contenuti

riferimenti scientifici.

Metodo

si intende utilizzare una metodologia basata

- sull'esperienza diretta del bambino che lo induce a dedurre la conclusione in modo concreto e coinvolgente.
- sulla verbalizzazione guidata attraverso

la compilazione di tabelle e/o spontanea.

Strumenti

Una crostata salata ed una pizza dolce, tovaglioli e bicchieri di plastica, acqua, fogli quadrettati, righello, matite, penne.

Descrizione dell'attività

Prima di sottoporre i bambini all'assaggio, si chiede loro di compilare la prima tabella scrivendo ciò che si aspettano di scoprire attraverso i 5 sensi. Dovranno infatti toccare il pezzo di torta e di pizza, annusarlo, osservarlo, romperlo (ascoltare il suono durante la masticazione) ed infine "gustarlo". Dovrà essere un'attività individuale.

NB: Questa fase corrisponde alla stesura dell'ipotesi, tipica del procedimento scientifico - sperimentale. Successivamente dovrà compilare la seconda tabella annotando le nuove osservazioni o confermando quelle della prima tabella (fase della verifica).

Tempi

2 ore circa

Discipline coinvolte

Matematica (costruzione e compilazione delle tabelle), Lingua italiana (ricerca di aggettivi e verbalizzazione), Scienze (il gusto ed il procedimento scientifico - sperimentale).

Verifica

Confronto collettivo delle due tabelle. Compilazione riassuntiva della tabella (allegata) alla fine della quale i bambini potranno liberamente scrivere le loro deduzioni.

Verifica

Confronto collettivo delle due tabelle. Compilazione riassuntiva della tabella (allegata) alla fine della quale i bambini potranno liberamente scrivere le loro deduzioni.

Tabella pre-assaggio	TATTO	VISTA	OLFATTO	UDITO	GUSTO
PIZZA (possono fare il disegno)					
TORTA					

Tabella post-assaggio	TATTO	VISTA	OLFATTO	UDITO	GUSTO
PIZZA (possono fare il disegno)					
TORTA					

✓ Attività 17

Do re mi fa, la colazione eccola qua

Destinatari

Alunni del primo biennio della scuola primaria.

Obiettivo generale

Avvicinare il bambino ad una corretta colazione.

Obiettivi specifici

- indurre il bambino all'importanza della varietà e della quantità degli alimenti.
- indurre il bambino alla conoscenza di alcuni tipi di colazione ideale.

Contenuti

riferimenti musicali e nutrizionali.

Metodo

Conversazione di gruppo per analizzare e confrontare gli alimenti corretti e non. Ascolto e "composizione" di una colazione ideale.

Strumenti

Fogli, cartelloni, confezioni di prodotti alimentari, colla, registratore, strumenti musicali (pianoforte od altro).

Descrizione dell'attività

L'attività inizia facendo associare ai bambi-

ni una nota musicale (suonata con il pianoforte od altro strumento) ad ogni alimento che può essere consumato per colazione, cercando di guidare il coro affinché associ gli alimenti scorretti a note che insieme producono un accordo dissonante od una disarmonia.

Successivamente ogni bambino deve "comporre la propria colazione" che verrà registrata su di un pentagramma e suonata con uno strumento. Nel caso risultino delle colazioni "dissonanti" si provvederà a cambiare le colazioni.

In questo modo il bambino intuisce che non c'è un solo tipo di colazione, ma diverse combinazioni possono essere comunque corrette. Nel momento stesso che si raggruppano gli alimenti, si chiede anche quanto mangiano e dovrebbero mangiare.

Tempi

2 lezioni da 1 ora e mezza circa.

Verifica

Collage individuale di alimenti corretti. Proporre un gioco che prevede l'allestimento individuale di una colazione sul proprio tavolo attingendo i prodotti da una bancarella precedentemente preparata in classe.

Discipline coinvolte

Musica - Scienze (il gusto) - Inglese - Italiano (suoni onomatopeici) - Matematica (peso e classificazioni, statistica).

Educazione alimentare

Obiettivi

- Favorire la conoscenza dei comportamenti alimentari corretti per promuovere una sana alimentazione e più in generale un corretto stile di vita.
- Rimuovere i comportamenti a rischio, favorendo l'acquisizione di nuove conoscenze, atteggiamenti e capacità operative attinenti a stili di vita corretti.
- Stimolare gli studenti ad analizzare e riflettere sui propri comportamenti alimentari.
- Stimolare gli studenti ad analizzare il ruolo delle responsabilità individuali per potenziare e migliorare il proprio stile alimentare e quello della comunità.
- Far comprendere agli studenti che un argomento può essere studiato da diversi punti di vista.
- Aiutare gli studenti a sviluppare strategie di prevenzione per la salute propria e della comunità.
- Aiutare gli studenti a diventare consumatori consapevoli in grado di operare scelte nutrizionalmente valide.
- Stimolare gli studenti ad esprimere opinioni e informazioni riguardo ai problemi legati alla prevenzione delle malattie connesse all'alimentazione.

Il percorso didattico modulare prevede l'acquisizione di conoscenze, competenze ed atteggiamenti

Sapere

- I nutrienti e le loro funzioni.
- I gruppi alimentari.
- Le porzioni raccomandate.
- Le informazioni sulle caratteristiche nutrizionali degli alimenti.
- LARN (fabbisogno di nutrienti).
- Definizione e calcolo del peso corporeo.
- Definizione di attività fisica.
- Linee guida per una sana alimentazione.
- Abitudini alimentari corrette e stili di vita sani.
- Disordini del comportamento alimentare.
- Le etichette e le altre informazioni nutrizionali.



- Malattie legate all'alimentazione.

Saper Fare

- Conoscere i principi nutritivi e la loro funzione.
- Conoscere i gruppi alimentari.
- Conoscere le dimensioni delle porzioni raccomandate.
- Riconoscere il contributo dei nutrienti nel mantenere la salute ed il benessere.
- Scegliere i cibi in base ai nutrienti.
- Saper individuare i fuoripasto salutari.
- Conoscere la relazione tra alimentazione attività fisica ed energia.
- Conoscere la relazione tra peso corporeo e salute.
- Saper scegliere i cibi utili alla salute del cuore e delle arterie.
- Analizzare la relazione esistente tra alimentazione e aspetto fisico.
- Conoscere gli effetti della carenza e dell'abbondanza di ogni nutriente.
- Compilare ed analizzare un diario alimentare.
- Confrontare il proprio stile alimentare con le raccomandazioni per una sana alimentazione.
- Analizzare le informazioni nutrizionali riportate sulle confezioni degli alimenti.
- Riconoscere le fonti attendibili di informazioni nutrizionali.
- Analizzare le informazioni nutrizionali di varie fonti (messaggi pubblicitari, riviste).
- Riconoscere modelli alimentare sbagliati.
- Riconoscere i disordini alimentari più diffusi tra gli adolescenti ed individuarne le differenze.

Saper Essere

- Essere consapevoli che l'equilibrio tra l'alimentazione, l'esercizio fisico contribuisce al benessere.
- Essere in grado di scegliere i modelli alimentari salutari.
- Acquisire uno spirito critico rispetto alle proprie scelte alimentari.
- Dimostrare un atteggiamento critico rispetto alle offerte alimentari.
- Essere in grado di utilizzare le conoscenze acquisite per adottare atteggiamenti promotori di uno stile alimentare corretto.
- Sviluppare uno spirito critico rispetto ai modelli estetici proposti dai media.
- Essere consapevoli delle pressioni esercitate dai media per orientare i consumi.
- Essere propositivo nel proprio ambito familiare, con il gruppo dei pari nei diversi ambiti frequentati (società sportive, oratori).

Aspetti interdisciplinari obiettivi, apprendimenti e compiti

Area umanistica-linguistica

- Lettura di documentazione esistente.
- Analisi di articoli di legge.
- Conversazione guidata.
- Ricerca.
- Reperimento di documentazione autentica.
- Rilevazione di comportamenti.
- Apprendimento di regole per ottimizzare la ricerca.
- Realizzazione di glossari.
- Apprendimento dei diritti e di doveri del cittadino studente e consumatore.
- Progettazione di modelli di comportamento.
- Simulazione di situazioni.
- Produzione di consigli.
- Costruzione di questionari d'indagine e di verifica.
- Realizzazione di testi, cartelloni, locandine.

Area tecnico-scientifica

- Conoscenza delle norme che regolano/indicano il corretto comportamento nei diversi ambiti (casa, scuola, luoghi di ristoro, negozi e supermercati).
- Rilevamento, catalogazione e analisi dei dati.
- Individuazione degli innumerevoli prodotti chimici "d'uso quotidiano".
- Apprendimento di elementi statistici.
- Apprendimento delle principali norme tecniche e di conoscenze scientifiche.
- Apprendimento ed uso di regole di progettazione.
- Realizzazione di grafici e tabelle anche con l'uso del computer.
- Ricerca e produzione di materiale fotografico finalizzato alla creazione di materiale divulgativo.
- Redazione di schede informative.
- Tabulazione di questionari.
- Fondamenti di primo intervento.
- Prove ed esercitazioni.

Area artistico-espressiva

- Analisi del linguaggio pubblicitario in relazione all'alimentazione.
- Individuazione e lettura di segni grafici e di etichette esplicative relative a prodotti alimentari.
- Analisi di fattori comportamentali.
- Riconoscere il ruolo della collaborazione, anche nell'alimentazione.



- Apprendimento ed uso dei linguaggi non verbali (del corpo, sonoro, iconografico).
- Approfondimento della conoscenza di sé e del rapporto con gli altri.
- Apprendimento del ruolo fondamentale dell'attività fisica.
- Produzione di materiale iconografico.
- Educazione all'ascolto.
- Simulazioni.
- Esercitazioni.



Matematica

Obiettivi generali

Acquisire elementari conoscenze relative al fenomeno statistico.

Acquisire elementari conoscenze relative al fenomeno delle disfunzioni alimentari.

Obiettivi specifici

Progettazione e conduzione di una indagine conoscitiva sui comportamenti alimentari con particolare attenzione agli even-

tuali errori dovuti a diete sbilanciate.

Contenuti

Raccolta di dati, loro elaborazione e realizzazione di grafici esplicativi.

Materiali e strumenti

Dati sugli errori alimentari, tabelle, immagini.

Scienze matematiche, chimiche, fisiche e naturali

Obiettivi generali

Conoscere ed analizzare gli elementi di una corretta alimentazione.

Definire un disturbo alimentare.

Indicare le cause dei disturbi alimentari.

Sottolineare le conseguenze degli errori alimentari.

Obiettivi specifici

Conoscere e progettare una corretta dieta alimentare.

Conoscere il ruolo della chimicizzazione dell'industria alimentare.

Riconoscere e descrivere le cause di errati comportamenti alimentari.

Essere consapevoli della possibilità di prevenire i disturbi alimentari.

Contenuti

I prodotti tossici

I conservanti

Gli additivi

I coloranti

Strumenti tecnici per il trattamento degli alimenti e loro funzionamento.

Le tecniche di conservazione e di cottura degli alimenti.

Materiali e strumenti

Libro di testo

Schede tossicologiche

Riviste e pubblicazioni specializzate

Proiezioni video

Visite guidate.

Educazione civica

Obiettivi generali

Comprendere come il diritto, calato nella realtà, sia fondamentale per la crescita dell'individuo.

Obiettivi specifici

Capire la relazione alimentare luogo di vita-salute.

Comprendere i lineamenti fondamentali

delle regole in materia di alimentazione.

Contenuti

Con l'ausilio della relativa normativa capire i diritti dei cittadini in materia alimentare.

Materiali e strumenti

Estratto della normativa di riferimento.



Storia-geografia

Obiettivi generali

Comprendere le relazioni tra attività economica, insediamento produttivo/industriale, territorio.

Conoscere le principali relazioni tra attività economica e normativa di salvaguardia dei prodotti D.O.C.

Individuare le diverse abitudini alimentari nelle varie regioni d'Italia e del mondo.

Obiettivi specifici

Verificare le differenti situazioni riguardanti il tipo di attività produttiva (paesi europei ed extraeuropei).

Analizzare e comprendere la relazione tra abitudini alimentari, salute del cittadino, correttezza dello stile di vita.

Individuare la provenienza dei diversi elementi commestibili spontanei e coltivati nelle diverse regioni d'Italia e del mondo.

Contestualizzare le diverse abitudini alimentari rispetto ai climi, ai tipi di società

nella storia e nel presente.

Individuare la componente alimentare contestuale ai popoli studiati nelle diverse epoche storiche e nelle diverse situazioni: guerre, conquiste di territori e popoli sconosciuti, evoluzione della tecnologia.

Contenuti

Conoscere i percorsi storici che hanno caratterizzato la localizzazione degli insediamenti produttivi/alimentari.

Conoscere le principali norme di controllo alimentare presenti nei paesi della C.E. e nei paesi extraeuropei.

Materiali e strumenti

Libro di testo

Riviste e pubblicazioni specializzate

Proiezioni video

Visite guidate

Ricerca

Estratto della normativa di riferimento.

Italiano

Obiettivi generali

Saper riconoscere i comportamenti alimentari dannosi per la salute.

Migliorare la conoscenza di sé.

Acquisire mezzi linguistici per condurre un'indagine conoscitiva.

Conoscere le principali fonti di rischio alimentare nei luoghi di vita e di ristoro (ambiente domestico, ambiente scolastico, sport e tempo libero).

Obiettivi specifici

Analizzare i comportamenti alimentari errati, anche tipici delle persone adulte.

Analizzare e valutare il rapporto con: la norma, le persone, l'ambiente.

Progettare e costruire un semplice questionario.

Identificare le insidie.

Valutare i rischi.

Verificare le soluzioni possibili.

Essere in grado di riconoscere le priorità

di intervento.

Contenuti

Aggressività alimentare, scarsa stima di sé, distrazione, imitazione e contagio. il questionario.

Cos'è un disturbo alimentare.

Cos'è un errore alimentare.

Elaborazione di un questionario

Materiali e strumenti

Lezione frontale/espositiva, conversazione guidata.

Norme di definizione dei termini utilizzati: normativi.

Tabelle su fonti e fattori di rischio alimentare.

Se in uso il laboratorio informatico, utilizzo del P.C. per l'elaborazione di un questionario.

Testi di antologia.

Lecture libere.

Lingua straniera

Obiettivi generali

Saper consultare il dizionario bilingue.
Saper individuare i comportamenti adeguati in situazioni di rischio.
Saper individuare l'interlocutore a cui rivolgersi nelle situazioni di rischio.

Obiettivi specifici

Saper comprendere istruzioni impartite.
Arricchire il lessico riguardante le norme di sicurezza alimentare.
Saper individuare l'interlocutore a cui rivolgersi nelle situazioni di rischio.

Contenuti

Conoscere le abitudini alimentari dei popoli delle diverse aree linguistiche.
Conoscere i piatti più tradizionali e prepararli con alimenti originali e con il supporto di ricette in lingua.

Materiali e strumenti

Libro di testo
Riviste in madrelingua
Proiezioni video
Schede

Educazione artistica

Obiettivi generali

Saper comprendere i messaggi visivi.
Saper leggere e interpretare i mass-media e pubblicità per ricavarne messaggi.
Saper produrre messaggi visivi con tecniche diverse.
Padroneggiare alcuni elementi di narrazione per immagini.

Obiettivi specifici

Saper comprendere il significato della segnalazione di sicurezza relativa a prodotti alimentari d'uso comune e quotidiano.
Riconoscere e saper "leggere" le indicazioni esposte e normalmente in uso (etichette alimentari).

Contenuti

Conoscenza dei segni grafici e di etichette esplicative relative a prodotti alimentari.
Ricerca di componenti alimentari nei materiali utilizzabili per l'uso cromatico e figurativo (farina per pasta di sale, colori vegetali, carte, farine varie, uso di pasta per la costruzione di paesaggi, personaggi...).

Materiali e strumenti

Video contenenti messaggi pubblicitari di prodotti alimentari.
"Pubblicità progresso".
I principali segni grafici in materia di sicurezza alimentare (norme CEI-UNI).

Educazione musicale

Obiettivi generali

Ascoltare e distinguere eventi sonori (della cucina).
Ascoltare e distinguere suoni "alimentari".
Comprendere e sperimentare il significato della Tafelmusik "musica da tavola" che nel passato allietava i momenti con-

viviali dei nobili.
La "musica da tavola" oggi.
Conoscenza di feste e ricorrenze solennizzate con musiche, canti e cibi nei diversi momenti della vita dell'uomo e del ciclo dell'anno nelle diverse civiltà.



Educazione tecnica

(vedi scienze chimiche, fisiche e naturali)

Educazione fisica

Obiettivi generali

Conoscere le regole e i corretti comportamenti alimentari da tenere durante lo svolgimento delle attività sportive e durante il tempo libero.

Obiettivi specifici

Acquisire senso di responsabilità e l'esatta conoscenza dei propri diritti in materia alimentare.

Acquisire elementari conoscenze per poter predisporre un corretto percorso alimentare nell'ambito sportivo e non.

Conoscenza degli "integratori energetici" per evitarne l'abitudine al ricorso evidenziandone la sostituibilità con una corretta alimentazione.

Contenuti

Conosci
Confronta
Correggi

Materiali e strumenti

Linee guida per lo svolgimento delle attività fisiche.
Diario alimentare.
Testi specializzati.
Riviste
Giornali
Video cassette.

Religione

Conoscenza dei significati legati al cibo e al digiuno nei diversi periodi dell'anno

nelle varie tradizioni delle confessioni religiose.



✓ Attività 1

Pinocchietto alimentare



Destinatari

alunni 2° e 3° media.

Obiettivo formativo generale

acquisire elementi e conoscenze relativi alla modalità di comunicazione dei media rispetto all'alimentazione nel mondo occidentale.

Obiettivo formativo specifico

gli alunni progettano e conducono un'indagine conoscitiva sull'alimentazione come presentato dai media.

Conoscenze, competenze ed abilità

SAPERE

Alimentazione nel mondo occidentale come comunicato dai media.

Pubblicità al servizio della società consumistica: fruitore dei media come consumatore

Distinguere una analisi qualitativa da una analisi quantitativa di un fenomeno.

Modalità di approccio ad un progetto semplice.

SAPER FARE

Decodificare il linguaggio dei media.

Trovare varianti ed invarianti nei messaggi dei media.

Confrontare ciò che so sul mio corpo con le informazioni dei messaggi.

Sviluppare capacità critica dei messaggi dei media.

Organizzare grafici e tabelle per l'interpretazione razionale del fenomeno.

SAPER ESSERE

Prendere coscienza delle proprie percezioni e sentimenti rispetto ai messaggi verbali, iconici dei media.

Sviluppare senso di responsabilità come singolo rispetto alla raccolta di materiale ed alla sua classificazione ed organizzazione.

SAPER CONVIVERE

Sviluppare competenze comunicative tra il singolo alunno e i messaggi dei media come organo di comunicazione della società.

Sviluppare mantenere un buon clima classe durante il lavoro.

Sviluppare e mantenere un buon clima di gruppo durante il lavoro.

Autocontrollo nel lavoro di gruppo.

Contenuti

alimentazione nel mondo occidentale come comunicato dai media, tecniche pubblicitarie.

Attivazione

Metodo

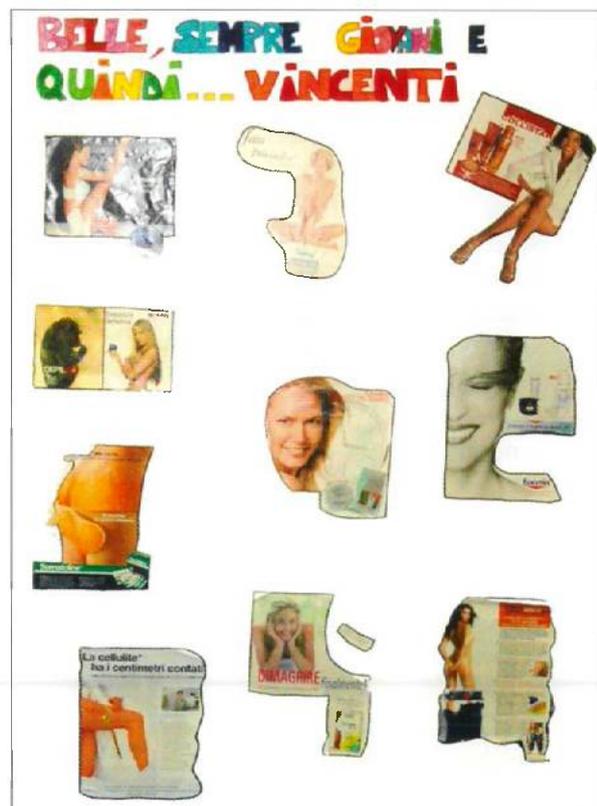
brainstorming, cooperative learning.

Strumenti

riviste, videocassetta, videoregistratore, cartelloni dati, tabelle, immagini, diete.



	ATTIVAZIONE	TEMPI
	VALUTAZIONE QUALITATIVA	
COSA	<p>A: l'insegnante presenta alla classe un breve video (o foto) che raccoglie qualche pubblicità di prodotti alimentari</p> <p>B: Vengono presentate alla classe alcune immagini di modelle, persone di successo, uomini sportivi, persone sovrappeso</p> <p>1° Consegna</p> <p>C: cosa ti fanno pensare queste immagini? Brainstorming - Tutto viene scritto alla lavagna o sul quaderno</p>	<p>15' - 20'</p> <p>15'</p> <p>30'</p> <p>totale 60' circa</p>
COME	<p>2° Consegna</p> <p>D: l'anno scorso (o alle elementari) hai studiato alcuni apparati del corpo umano, sia quelli della vita vegetativa (digerente, circolatorio, respiratorio, urinario) sia quelli della vita di relazione (sistema nervoso ed endocrino). Che collegamenti ci potrebbero essere tra le immagini che hai visto e ciò che tu sai del corpo umano?</p> <p>E: Discussione guidata in plenaria e brainstorming per costruire una mappa rispetto all'alimentazione nel mondo occidentale (ALFABETIZZAZIONE)</p>	<p>20'</p> <p>30'</p> <p>totale 50' circa</p>
	VALUTAZIONE QUANTITATIVA La classe viene divisa in gruppi di 4 persone	
QUANDO	<p>INDAGINE</p> <p>F: Ad ogni gruppo viene dato il compito di quantificare l'argomento alimentazione nel mondo occidentale con un'indagine sui giornali e media da tradurre in grafici e tabelle. Ad esempio: Quante immagini nel mese di settembre Quanti articoli sui settimanali, sui quotidiani?</p> <p>Ogni gruppo</p> <p>G: elaborazione dei dati con costruzione dei cartelloni. In particolare cartelloni con lettere ed informazioni relativi alla dieta, corpo ed alimentazione trovati su riviste per ragazzi</p>	<p>15'</p> <p>45'</p> <p>totale 60' circa</p>



Verifica

individuare 5 pubblicità occulte/ingannevoli all'inizio ed alla fine della sperimentazione.

Obiettivi formativi trasversali

rappresentare dati estemporanei con grafici e tabelle, leggere ed interpretare linguaggio giornalistico ed iconico, sperimentare le possibili relazioni tra apprendimenti formali, informali e non formali,...

Discipline coinvolte

lettere, educazione artistica, educazione tecnica, scienze, matematica, musica, religione, storia.



✓ Attività 2

Pinocchietto alimentare



Destinatari
alunni 2° e 3° media.

Obiettivo formativo generale
definire il disturbo alimentare.

Obiettivi formativi specifici
gli alunni riconoscono la presenza di problemi alimentari anche in società in cui il cibo non manca.
Gli alunni riconoscono e descrivono le cause del disturbo alimentare.

Conoscenze, competenze ed abilità

SAPERE

Alimentazione come problema non solo dove non c'è cibo ma anche dove ce n'è troppo.
Distinguere una analisi qualitativa da una analisi quantitativa di un fenomeno.
Attivare delle modalità di approccio cooperativo ad una discussione in gruppo eterogeneo.
Definire il disturbo del comportamento alimentare e riconoscerlo anche nella quotidianità.

SAPER FARE

Discutere il problema alimentare nella società occidentale e su cosa è un disturbo alimentare.
Analizzare la questione proposta trovando il maggior numero di motivazioni a favore o contro.
Analizzare la questione proposta trovando il maggior numero di significati.
Confrontare ciò che so sui disturbi alimentari con ciò che sanno gli altri.
Sviluppare capacità critica nel riordinare in modo sintetico le osservazioni raccolte.

SAPER ESSERE

Prendere coscienza delle proprie ed altrui convinzioni sul problema alimentare.
Sviluppare capacità di osservazione ed autoriflessione sui propri ed altrui comportamenti.
Sviluppare senso di responsabilità nella gestione degli schemi di lavoro proposti.
Avere autocontrollo nel lavoro di gruppo.
Distinguere le proprie opinioni in senso affettivo dalle motivazioni in senso razionale.

SAPER CONVIVERE

Sviluppare competenze comunicative tra gli alunni nel rispetto reciproco delle opinioni anche diverse dalle proprie.
Sviluppare e mantenere un buon clima classe durante il lavoro.
Sviluppare e mantenere un buon clima di gruppo durante il lavoro.
Rispettare i ruoli ed i turni entro il lavoro di gruppo.
Esercitare capacità di ascolto.

Contenuti

i comportamenti alimentari, i disturbi del comportamento alimentare.

Attivazione n°1 LA CONTROVERSIA

Metodo

Lavoro per piccoli gruppi di 4 alunni secondo il metodo di **cooperative learning**: LA CONTROVERSIA.

Strumenti

postit, biro, cartelloni, libri: "Cuore di ciccia" e "In fondo al piatto".

Alla lavagna viene scritta una frase chiave ad esempio.

"il problema alimentare nella società occidentale non esiste"

e 2 domande:

"io sono d'accordo perché..."

"io non sono d'accordo perché..."

Gruppi formati da 4 alunni

- Ogni gruppo individua 2 persone che scriveranno sui postit tutti i pro (perché si è d'accordo), mentre le altre 2 scriveranno tutti i contro. L'elaborazione deve avvenire senza scambi di informazione tra le due coppie con un tempo di 10 minuti.
- Nella fase successiva in ogni gruppo gli alunni si scambiano le idee proposte con un tempo di 5 minuti e senza fare alcun tipo di commento (non è una discussione).
- Poi si scambiano i ruoli: i due alunni "contro" diventano "a favore" e devono elaborare ulteriori argomentazioni (non possono utilizzare le stesse argomentazioni).
- Le argomentazioni come prima vengono scritte su postit.
- Nuovamente passati i 10 minuti ci si scambia le motivazioni trovate.

È più capace colui che ha trovato il maggior numero di argomentazioni.

È possibile raccogliere tutte le argomentazioni trovate in un cartellone per l'intero gruppo classe.

Tempi

1 ora

Verifica iniziale: lettura delle prime sei pagine di "Cuore di ciccia" di Susanna Tamaro, Arnoldo Mondadori Editore da "era un noioso pomeriggio...." A "...Michele con gli anni era diventato un bambino triste e solo".

Domande:

- Chi è Michele?
- Cosa desidera Michele?
- Cosa è il cibo per Michele?
- Cosa sente Michele per il frigorifero?
- Quando Michele apre il frigorifero?
- La mamma "vede" Michele?
- Il papà "vede" Michele?
- Cosa è il libro del "bambino ideale"?
- La mamma di Michele che rapporto ha con il cibo?
- La mamma che rapporto ha con Michele?

Due punti per ogni risposta data.

Tempo

1ora

Verifica finale: lettura delle pagine 31-32 - 33 la storia di Patrizia e pagina 45 - 46 - 47 - 50 - 51 la storia di Mirko nel libro "In fondo al piatto" - Armando editore

Domande:

- Chi sono Patrizia e Mirko?
- Cosa sente o succede a Patrizia?
- Perché Patrizia ha uno strano rapporto con il cibo?
- Cosa sente o succede a Mirko?
- Perché Mirko ha uno strano rapporto con il cibo?
- Perché il modo in cui si assume il cibo è un mezzo di comunicazione?
- Il cibo cosa comunica?
- Il cibo è un fattore della vita su cui alcune persone esercitano un controllo? Di che tipo?
- Perché ci sono problemi alimentari nel mondo occidentale dove il cibo non manca?
- Cosa è e quali sono le cause dei disturbi alimentari?

Due punti per ogni risposta data.

Tempo

1 ora

Attivazione n° 2 DELLA FINESTRA

Metodo

lavoro per piccoli gruppi di 4 alunni secondo il metodo di cooperative learning: WINDOWS.

Strumenti

fogli strutturati a finestra, biro, testi, giornali, internet, vocabolario.

Ad ogni gruppo viene consegnato un foglio (finestra) nel quale è inserita la frase:

“qual è il significato di disturbo alimentare?”

L'insegnante fissa il tempo entro il quale devono essere date le risposte (max 5 minuti).

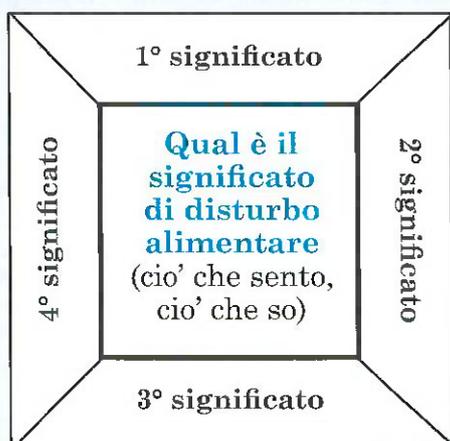
Tra i componenti del piccolo gruppo vengono distribuiti i compiti nel modo seguente:

Un alunno parla.

Un altro scrive.

Un altro controlla il tempo.

Un altro incoraggia il rispetto delle regole.



1. nella stessa casella vengono scritti i significati condivisi da più di un alunno.

2. A turno si cambia il compito all'interno del gruppo in modo che tutti abbiano la possibilità di esprimersi. Tempo 15 minuti (leadership distribuita per migliorare la resa dell'attività ed aumentare la responsabilizzazione personale).

3. In plenaria condivisione del lavoro con lavagna luminosa: condividere solo quello che unisce il gruppo.

Tempo

30 minuti (è possibile fare una graduatoria dei significati).

Dopo il lavoro finestra

• decodificazione del linguaggio scientifico
L'insegnante invita gli alunni a ricercare documentazione scientifica (testi, giornali, internet) che tratti dei disturbi del comportamento alimentare.

• Discussione guidata: confronto tra ciò che è emerso nel lavoro di gruppo e dati scientifici.

Tempi

2 ore

Verifica

CORRISPONDENZE

1. Mettere in relazione le parole

- Anoressia
 - Bulimia
 - Obesità
 - Disordine alimentare
- con l'esatta definizione

Anoressia = perdita di peso rilevante con scomparsa delle mestruazioni, paura di ingrassare, il peso determina la stima di sé.

Bulimia = abbuffate frequenti, digiuno, vomito autoindotto, uso di lassativi, intensa attività fisica.

Obesità = aumento cospicuo e patologico della massa grassa, mangiare in eccesso, aumento circa del 20 % del peso corporeo rispetto a quello ritenuto ideale.

Disordine alimentare = sregolatezza, mancanza di misura.

2. Ricerca su libri, giornali, CD e vocabolario di tutto ciò che riguarda i disturbi alimentari con costruzione di cartelloni e confronto con dati scientifici.

Discipline coinvolte

lettere, scienze

Glossario

Disturbo del comportamento alimentare

Il disturbo del comportamento alimentare è una patologia caratterizzata da un'alterazione del rapporto che una persona ha con il cibo ed il proprio corpo. Il disturbo insorge prevalentemente durante l'adolescenza ed è diffuso soprattutto nel sesso femminile. I comportamenti più comuni sono il rifiuto del cibo ed il digiuno, le abbuffate, il vomito, intensa attività fisica, l'uso improprio di lassativi o diuretici.

Anoressia

È un disturbo del comportamento alimentare la cui diagnosi si basa sulla

1. perdita di peso rilevante (più del 15% di peso considerato l'età, il sesso e l'altezza).
2. la scomparsa delle mestruazioni.
3. la paura di ingrassare che non diminuisce con la perdita di peso.
4. alterazione del modo di vivere il proprio corpo.

Bulimia

È un disturbo del comportamento alimentare la cui diagnosi si basa sulla

1. presenza di abbuffate almeno due volte la settimana (per abbuffata si intende l'ingestione di una quantità di cibo considerata eccessiva), perdita di controllo su quello che si sta mangiando e la sensazione di non riuscire a fermarsi.
2. presenza di comportamenti finalizzati al controllo del peso quali intensa attività fisica, vomito autoindotto, digiuno, uso improprio di lassativi o diuretici.
3. alterazione del modo di vivere il proprio corpo.

Obesità

È la condizione in cui nell'organismo è presente un eccessivo accumulo di tessuto adiposo, formato da cellule grasse chiamate adipociti.

Definita come un aumento di peso oltre il 20% del peso fisiologico.

BMI (Body Mass Index o indice di massa corporea IMC)

È un indice per la valutazione del peso corporeo desiderabile, che si ottiene dividendo il peso, in Kg, per il quadrato della statura in metri.

Cooperative learning

L'apprendimento cooperativo (cooperative learning), essenzialmente centrato su gruppi di lavoro eterogenei e costruttivi e sull'effettiva interdipendenza positiva dei ruoli, tende a creare un contesto educativo non competitivo, altamente responsabile e collaborativo, produttivo di processi cognitivi di ordine superiore.

Il contatto con allievi migliori, in situazioni cooperative, rende più frequente in tutti l'uso di strategie di ragionamento di ordine più alto, produce strategie di analisi approfondite, livelli di spiegazioni più elaborati.

Bibliografia

- www.scintille.it (link e recensioni)
- Pellai, B. Tamborini - *Adolescenza: l'età del cambiamento* - Edizione Mc. Graw Hill
- R. Bryant-Waugh, B. Lask - *Disturbi alimentari Guida per genitori ed insegnanti* - Edizioni Erickson
- S. Tamaro - *Cuore di ciccia* - edizioni Arnoldo Mondadori
- Media Sharp: *come farsi una cassetta degli attrezzi per smontare e rimontare i prodotti mediatici* - ASL Bergamo
- D. Johnson, R. Johnson, E. Houlbec - *Apprendimento cooperativo in classe* - Edizioni Erickson
- A.A.V.V - *Il Cooperative Learning, in "Quaderni di animazione e formazione"* - Ed. Gruppo Abele. (Presenta i principi di fondo, i modelli ed alcune esperienze)

Educazione alimentare

Obiettivi

- Analizzare l'influenza dei modelli alimentari sull'immagine corporea.
- Comprendere la necessità di una dieta varia ed equilibrata al fine di mantenere l'equilibrio metabolico dell'organismo a livello micro e macroscopico.
- Applicare le conoscenze acquisite per il raggiungimento e il mantenimento di un peso corporeo adeguato.
- Analizzare l'importanza di una corretta nutrizione in diverse situazioni e momenti fisiologici: attività fisica, gravidanza, sviluppo fetale, infanzia, adolescenza, maturità e vecchiaia.
- Comprendere l'impossibilità di modificare il proprio peso corporeo seguendo il mito della "dieta miracolosa"
- Analizzare i diversi modelli alimentari anche da un punto di vista storico e geografico.
- Applicare le proprie conoscenze sulla nutrizione al fine di programmare dei pasti equilibrati, (consumati anche fuori casa), rispettando un budget prefissato.
- Individuare tra le molteplici informazioni concernenti l'alimentazione, proposte da svariate fonti, quelle corrette.
- Sintetizzare le conoscenze acquisite nell'ambito alimentare e presentarle ai compagni, anche attraverso elaborati di vario tipo.
- Individuare le agenzie territoriali competenti a risolvere dubbi e problemi riguardanti tematiche alimentari.



Il percorso didattico modulare prevede l'acquisizione di conoscenze, competenze ed atteggiamenti

Sapere

- Il concetto di principio alimentare.
- Il significato dei termini “dieta”, “metabolismo”, “omeostasi”.
- Il concetto di “Piramide alimentare”.
- Il concetto di “indice di massa corporea”, “massa grassa” e “massa magra”.
- Le produzioni agricole e zootecniche delle varie epoche e nelle varie zone geografiche.
- Il concetto di “metabolismo basale”, “fabbisogno energetico”, di “livello di attività fisica”.
- I prezzi delle varie referenze alimentari e valutarne il rapporto nutrizionale con il prezzo
- Le norme legislative riguardanti gli alimenti.

Saper fare

- Analizzare i contenuti dei vari messaggi pubblicitari e non riguardanti prodotti alimentari.
- Collegare le varie conoscenze acquisite sulla struttura e sul metabolismo cellulare con le necessità nutrizionali dei vari organismi con particolare riguardo all'uomo.
- Compilare un diario alimentare e programmare una giornata alimentare tipo.
- Collegare il modello alimentare di un paese o di un'epoca storica con le risorse alimentari disponibili e le condizioni climatiche del luogo.
- Calcolare il proprio metabolismo basale, il proprio fabbisogno energetico in base al livello di attività fisica svolta.
- Leggere, interpretare ed elaborare grafici e tabelle relative a tematiche alimentari.
- Leggere e interpretare criticamente il contenuto di menu ed etichette di prodotti alimentari.
- Comunicare, anche attraverso tecniche multimediali, le conoscenze acquisite.

Saper essere

- Essere attento a non farsi influenzare dai messaggi di vario tipo che potrebbero avere effetto sull'immagine corporea.
- Essere consapevole che tra la molteplicità delle informazioni disponibili in campo alimentare solo alcune sono corrispondenti ai criteri di una corretta alimentazione.
- Interiorizzare il modello alimentare corretto.

Scienze naturali

Obiettivi generali

Comprendere le esigenze nutrizionali di una cellula.

Fornire un quadro di insieme della morfologia funzionale dell'uomo.

Identificare l'organismo come sistema aperto.

Comprendere le esigenze nutrizionali dell'uomo.

Conoscere il bilancio energetico.

Essere in grado di programmare una dieta corretta.

Obiettivi specifici

Individuare le caratteristiche strutturali e funzionali della cellula.

Comprendere il significato di energia chimica.

Spiegare lo stato stazionario dell'organismo.

Riconoscere i processi di trasformazione insiti in tutti gli organismi viventi in termini di metabolismo e sviluppo.

Acquisire il significato e l'importanza della funzione plastica, energetica e di regolazione dei principi alimentari.

Calcolare e valutare il fabbisogno energetico.

Calcolare il peso ideale in relazione alla struttura corporea.

Comprendere l'aspetto qualitativo e quantitativo di una dieta equilibrata.

Essere in grado di leggere le informazioni nutrizionali presenti sulle confezioni.

Contenuti

La cellula.

La respirazione cellulare. L'ATP.

Richiami di anatomia e fisiologia dell'apparato digerente e locomotore.

Omeostasi.

Acqua. Elementi minerali. Vitamine.

Proteine, carboidrati e lipidi: struttura e metabolismo.

Contenuto nutrizionale e calorico degli

alimenti di uso abituale.

Metabolismo basale. Termoregolazione. Consumo energetico in relazione all'attività fisica.

Indice di massa corporea, massa grassa e massa magra.

La determinazione genetica della struttura corporea.

Assunzione giornaliera equilibrata dei principi nutritivi.

Amminoacidi e acidi grassi essenziali.

La fibra alimentare.

Conservazione degli alimenti: additivi alimentari.

Tossinfezioni alimentari.

Materiali e strumenti

Lezioni frontali.

Laboratorio: dimostrazione della CO₂ in coltura di saccaromiceti.

Laboratorio: riconoscimento dei principi alimentari utilizzando campioni di alimenti di uso abituale.

Formule, tabelle e diagrammi relativi al bilancio energetico.

Compilazione del proprio diario alimentare. Valutazione del contenuto energetico e nutrizionale di piatti di uso abituale.

Analisi delle etichette alimentari

Uso del laboratorio informatico per ricerche all'interno di siti connessi a tematiche specifiche.

Latino

Obiettivi generali

Educare all'interculturalità promuovendo il confronto e l'accettazione.

Stimolare la curiosità sulle abitudini alimentari dei nostri antenati II (Catone) e I (Apicio) secolo a.C.

Obiettivi specifici

Ampliare le conoscenze sul lessico latino in campo alimentare.

Conoscere le abitudini alimentari dei prodotti e delle colture degli antichi Romani.

Conoscere il significato che i Romani assegnavano ad alcuni cibi.

Conoscere il lessico specifico legato al campo semantico.

Essere in grado di comprendere e tradurre alcune ricette e brani d'autore relativi questo argomento.

Contenuti

Lettura, traduzione e commento e analisi morfo-sintattica dei seguenti testi: Apicio - *De re coquinaria*; Catone - *De agri coltura*. Comprensione del testo e individuazione di alcune strutture sintattiche presenti nei testi scelti (imperativo – analisi di alcuni principali complementi ecc...).

Studio delle abitudini alimentari (ambienti e modalità rituale di consumo), dei prodotti e delle colture degli antichi Romani.

Studio del significato che i Romani assegnavano ad alcuni cibi (carattere sacro, virtù medico-curative).

Conoscenza di alcune ricette tipiche.

Conoscenza del lessico specifico legato al campo semantico dell'alimentazione e cucina.

Materiali e strumenti

Fotocopie dei testi d'autore:

Apicio, de re coquinaria

lib.8 1.1 - 8.1.2 - 8.1.3

lib 7. 9.1 – 7.9.2

lib.4.2.28 – 4.2.30

Catone, de agri coltura

Agr. 74.1.1 - Agr. 76.3 - Agr 76.4

Dispensa, elaborata dal **Centro didattico culturale del museo archeologico**, sulle abitudini sociali dei Romani legate all'alimentazione.

Navigazione siti internet sull'alimentazione nell'antica Roma:

www.osteriadelviandante.com/racconti/racconti_apicio

www.polaris.it/helene

www.archeoempoli.it/ricette.htm

Preparazione "in laboratorio" di una delle ricette lette e tradotte.

Lezione frontale.

Uso del laboratorio informatico.

Lavoro di gruppo.

Obiettivi generali

Conoscere la normativa relativa alla sicurezza alimentare.

Obiettivi specifici

Conoscere la normativa CE e la legislazione italiana relativa agli alimenti.

Conoscere le disposizioni in materia di etichettatura, ingredienti, scadenza, istruzioni per l'uso, rintracciabilità dei prodotti.

Conoscere la normativa relativa ai prodotti biologici e OGM.

Conoscere i diritti del consumatore.

Comprendere i testi normativi individuando le conseguenze dei comportamenti penalmente rilevanti.

Comprendere le norme nazionali comunitarie in tema di sicurezza alimentare.

Leggere e interpretare le indicazioni sulle confezioni dei prodotti alimentari.

Individuare i modi attraverso cui il consumatore può far valere i propri diritti.

Contenuti

- Regolamento del Parlamento europeo e del Consiglio che stabilisce i principi e i requisiti generali della legislazione alimentare, istituisce l'Autorità europea per gli alimenti e fissa procedure nel campo della sicurezza alimentare.
- Direttiva 01/18/CE - "Sull'emissione deliberata nell'ambiente di organismi geneticamente modificati e che abroga la direttiva 90/220/CEE del Consiglio.
- Regolamento 00/49/CE - Concernente l'obbligo di indicare nell'etichettatura di alcuni prodotti alimentari derivati da organismi geneticamente modificati caratteristiche diverse da quelle di cui alla direttiva 79/112/CEE".
- Direttiva 00/13/CE - "Relativa al ravvicinamento delle legislazioni degli Stati membri concernenti l'etichettatura e la presentazione dei prodotti alimentari, nonché la relativa pubblicità".

- Direttiva 99/10/CE - "L'etichettatura dei prodotti alimentari".

- Regolamento 97/258/CE - "Sui nuovi prodotti e i nuovi ingredienti alimentari".

- Direttiva 93/43/CEE - "Igiene dei prodotti alimentari".

- Regolamento 92/2082/CE - "Attestazioni di specificità dei prodotti agricoli e alimentari".

- Regolamento 92/2081/CE - "Protezione delle indicazioni geografiche e delle denominazioni d'origine dei prodotti agricoli ed alimentari".

- Direttiva 90/220/CEE - "Emissione deliberata nell'ambiente di organismi geneticamente modificati".

- Decreto ministeriale 10 marzo 2000, n.183 - "Regolamento recante aggiornamento del decreto ministeriale 27 febbraio 1996, n. 209, concernente la disciplina degli additivi alimentari consentiti nella preparazione e per la conservazione delle sostanze alimentari. Recepimento della direttiva 98/72/CE".

- D.Lgs 25 febbraio 2000, n. 68 - "Attuazione della direttiva 97/4/CE, che modifica la direttiva 79/112/CEE, in materia di etichettatura, presentazione e pubblicità dei prodotti alimentari destinati al consumatore finale".

- D.Lgs. 26 maggio 1997, n. 155 - "Attuazione delle direttive 93/43/CEE e 96/3/CE concernenti l'igiene dei prodotti alimentari".

- D.Lgs. 16 febbraio 1993, n. 77 - "Attuazione della Direttiva 90/496/CEE del Consiglio del 24 settembre 1990 relativa all'etichettatura nutrizionale dei prodotti alimentari".

- D.Lgs. 27 gennaio 1992, n. 109 - "Attuazione delle direttive 89/395/CEE e 89/396 CEE concernenti l'etichettatura, la presentazione e la pubblicità dei prodotti alimentari.

La normativa è costantemente in aggiornamento: è possibile reperire le norme sul sito internet: www.europa.eu.int

Materiali e strumenti

Stralci del codice penale, delle norme nazionali e comunitarie.

Materiali reperibili via internet sul server europa (europa.eu.int).
Lezioni frontali.
"Usò del laboratorio informatico".

Psicologia

Obiettivi generali

Conoscere i vari aspetti del problema della costruzione dell'identità nell'adolescenza.

Analizzare l'influenza dei modelli alimentari sull'immagine corporea.

Conoscere le argomentazioni sull'utilità e i limiti dei media.

Individuare i messaggi pubblicitari corretti in materia alimentare.

Obiettivi specifici

Conoscere la definizione e i meccanismi di formazione dell'identità nel periodo adolescenziale.

Saper individuare i nessi fra la dimensione fisica e quella psicologica della crescita nel periodo adolescenziale.

Saper individuare i meccanismi di influenza e condizionamento dei media sull'opinione pubblica in materia alimentare.

Saper interpretare un messaggio pubblicitario.

Contenuti

I cambiamenti fisici nell'età puberale.

I riflessi dei cambiamenti fisici sul piano psicologico. Perdita dell'immagine del sé corporeo infantile e costruzione della nuova identità fisica; importanza del giudizio degli altri nella formazione dell'immagine di sé e nello sviluppo del sentimento di autostima.

Il problema dell'identità.

I media.

Messaggi pubblicitari corretti in campo alimentare. Dominio di messaggi distorti nell'immaginario dei media riguardo ai modelli di bellezza. Rischio di influenza negativa sull'immagine di sé che va costruendosi nel periodo adolescenziale. Necessità di accedere alle informazioni corrette in campo alimentare utilizzando fonti diverse (interazione con gli altri, pubblicazioni scientifiche, riviste specializzate) che orientino le nostre scelte verso un progetto costruttivo e non distruttivo.

Materiali e strumenti

Presentazione e analisi di esempi di messaggi pubblicitari.

Documenti scientifici di riferimento rispetto alla corretta informazione.

Informatica e multimedialità

Obiettivi generali

Saper utilizzare un foglio elettronico come Microsoft Excel.

Essere in grado di comunicare delle informazioni utilizzando i diversi linguaggi multimediali.

Obiettivi specifici

Utilizzare Microsoft Excel per il calcolo delle calorie immagazzinate in un giorno.

Utilizzare un programma di presentazione come Power Point per esporre le conoscenze acquisite nel campo dell'educazione alimentare.

Contenuti

Inserimento di dati nelle celle. Modifica, copia e spostamento dei dati. Effettuare calcoli con le formule. Calcolo della percentuale.

Le diapositive. Inserimento di un testo. Gli sfondi e le immagini nelle diapositive. Animazioni personalizzate e transizioni diapositive. Pulsanti d'azione. Inserimento di suoni nelle diapositive. I collegamenti ipertestuali.

Materiali e strumenti

Etichette nutrizionali di prodotti confezionati.

Tabelle di composizione degli alimenti (inran).

I dati relativi al contenuto calorico degli alimenti possono essere ricavati dalle etichette.

Si utilizzeranno tutti i materiali riguardanti l'alimentazione accumulati nelle varie discipline.

Lingua straniera

Obiettivi generali

Conoscere i cibi, i piatti tipici, i menù e le abitudini alimentari delle diverse culture interessate.

Riconoscere i nessi tra le abitudini alimentari ed alcune caratteristiche della geografia, della storia e della cultura d'origine.

Ampliamento ed organizzazione del lessico.

Riflessione sulla valenza culturale del termine.

Obiettivi specifici

Cenni di storia e di storia della lingua.

Interagire in modo semplice in situazioni relative ai pasti ed alle diverse tipologie di cibo.

Contenuti

LESSICO

Alimenti, bevande, quantità, negozi, pasti, ristoranti.

Voci verbali necessarie all'espletamento del secondo punto degli obiettivi specifici.

GRAMMATICA

Articoli partitivi, espressioni di quantità, infinito ed imperativi.

Metodi e strumenti

Lettura di brani tratti da testi letterari

Lettura di menù/ricette in lingua

Visione di spezzoni di film

Analisi di iconografia ed immagini

Ascolto di audiocassette

Visione di videocassette

Attività di gruppo

Italiano

Obiettivi

Conoscere la struttura di diverse tipologie testuali proponendo dei testi alle questioni legate all'alimentazione.

Imparare ad analizzare testi delle diverse tipologie testuali proponendo dei testi alle questioni legate all'alimentazione.

Imparare a produrre testi di alcune tipologie testuali (articolo di giornale, testo argomentativi) che facciano riferimento a questioni legate all'alimentazione.

Contenuti

Testo argomentativi
Saggio
Relazione

Articolo di giornale

Testo espositivo

Testo persuasivo (linguaggio pubblicitario)

Testo prescrittivi (ricette di cucina).

Metodi e strumenti

Affrontare le diverse tipologie testuali proponendo testi, dati, documenti che siano legate alla questioni dell'alimentazione.

Limitare le lezioni frontali alla spiegazione della struttura delle diverse tipologie testuali ma lasciare agli studenti l'approfondimento delle diverse tematiche attraverso lavori di gruppo e col supporto di ricerche in biblioteca e via internet.

Storia e geografia

Obiettivi

Conoscere le produzioni agricole/zootecniche e le abitudini alimentari delle varie epoche e nelle varie zone geografiche.

Conoscere il fenomeno della globalizzazione nella relazione tra sistemi produttivi, colture e bisogni.

Imparare a riconoscere la relazione tra contesto culturale e modalità di produzione/consumo dei prodotti.

Sviluppare un atteggiamento ineterculturale.

Contenuti

Studio della produzione agricola e zootecnica delle varie epoche e nelle varie zone.

Studio delle relazioni tra sistemi economico sociali e produzione agricola nelle diverse zone geografiche.

Studio del rapporto tra contesto culturale e modalità di produzione/consumo dei prodotti.

Studio del fenomeno della globalizzazione, in particolare del problema della sperequazione tra nord e sud del mondo, nella relazione tra sistemi produttivi, culture e bisogni.

Metodi e strumenti

Limitare le lezioni frontali alle questioni generali e affidare l'approfondimento delle diverse tematiche attraverso lavori di gruppo e col supporto di ricerche in biblioteca e via internet.

Le abitudini alimentari

Schede di attività

Cibo istruzione per l'uso Dimmi cosa mangi

Destinatari

Studenti 1° e 2° anno scuole superiori.

Obiettivo generale

Gli studenti conoscono i principi di una corretta alimentazione e li applicano.

Obiettivi specifici

1) Gli studenti conoscono i principi nutritivi e la loro corretta distribuzione nell'arco della giornata.

2) Gli studenti analizzano le proprie abitudini alimentari e programmano un menù ideale per una settimana.

Contenuti

Consumo energetico in relazione alla attività fisica, indice di massa corporea
Contenuto nutrizionale e calorico degli alimenti di uso abituale.

Assunzione giornaliera equilibrata dei principi nutritivi.

Obiettivo specifico 1

Gli studenti conoscono i principi nutritivi e la loro corretta distribuzione nell'arco della giornata.

✓ Attività 1

Cibo istruzione per l'uso

Metodo

Cooperative learning.

Partendo dall'esperienza dei ragazzi, gli argomenti saranno trattati **accertando le preconoscenze** e le esperienze.

Svolgimento dell'attività

Viene distribuito a tutta la classe un questionario sulle conoscenze alimentari, che viene compilato e restituito in 20 minuti.

In un secondo momento la classe viene divisa in 4 gruppi: ad ogni gruppo verrà dato il compito di fare la spesa per preparare una

corretta prima colazione, un pranzo, una merenda o spuntino, una cena.

Ciascun gruppo presenterà agli altri l'elenco degli alimenti acquistati e la loro combinazione.

Discussione in plenaria.

Qual è la corretta distribuzione degli alimenti nel corso della giornata?

Qual è la corretta distribuzione delle calorie nei quattro pasti?

Alla fine verrà distribuita alla classe una scheda contenente gli errori alimentari più frequenti e le false credenze in tema di alimentazione: ognuno dovrà verificare, leggendo la scheda, la sua situazione personale nei confronti di ciò che è scritto nella scheda: fai anche tu gli stessi errori? Credi anche tu alle stesse "leggende"?

Discussione finale per sfatare le credenze e i luoghi comuni e per correggere insieme gli errori rilevati.

Argomenti da trattare

La piramide alimentare. I principi nutritivi.

Analisi guidata del contenuto di nutrienti nei vari alimenti. Calcolo del proprio "indice di massa corporea". Calcolo del proprio fabbisogno energetico e nutrizionale rispetto ai vari principi nutritivi.

Strumenti

Allegato 1: questionario di valutazione del proprio livello di conoscenza "alimentare"

Allegato 2: scheda relativa agli errori alimentari più frequenti ed ai luoghi comuni da sfatare...

Tempi

10 ore

Allegati

Questionario conoscenze

Scheda errori e credenze

Discipline coinvolte

Italiano - Scienze

Allegato 1

Test: qual è il mio quoziente alimentare?

Quanto ne sai veramente di alimentazione, diete, o altro...???

Rispondi alle seguenti domande, barrando la casella V vero o F falso.

- | | | |
|---|----------------------------|----------------------------|
| 1) Lo stomaco è l'organo principale deputato alla digestione degli alimenti. | <input type="checkbox"/> V | <input type="checkbox"/> F |
| 2) I carboidrati fanno ingrassare e per dimagrire bisogna eliminare la pasta e il pane dalla propria dieta. | <input type="checkbox"/> V | <input type="checkbox"/> F |
| 3) I magri mangiano meno delle persone più robuste. | <input type="checkbox"/> V | <input type="checkbox"/> F |
| 4) Le fibre contenute negli alimenti modificano i processi di assorbimento e il transito intestinale. | <input type="checkbox"/> V | <input type="checkbox"/> F |
| 5) La frutta e la verdura andrebbero consumate tre volte al giorno. | <input type="checkbox"/> V | <input type="checkbox"/> F |
| 6) Il pesce è un alimento indispensabile per il suo contenuto in fosforo. | <input type="checkbox"/> V | <input type="checkbox"/> F |
| 7) Mangiando un piatto di pasta e legumi, si può evitare di mangiare la carne. | <input type="checkbox"/> V | <input type="checkbox"/> F |
| 8) Il calcio nella dieta serve soprattutto per la produzione di emoglobina. | <input type="checkbox"/> V | <input type="checkbox"/> F |
| 9) I grassi contenuti nell'olio di oliva sono protettivi. | <input type="checkbox"/> V | <input type="checkbox"/> F |
| 10) Le vitamine e l'acqua non sono caloriche. | <input type="checkbox"/> V | <input type="checkbox"/> F |

Risposte esatte: 1F, 2F, 3F, 4V, 5F, 6F, 7V, 8F, 9V, 10V.

Allegato 2

Scienza o credenza?

Barra la casella S per scienza o C per credenza.

- | | | |
|--|----------------------------|----------------------------|
| 1) Le uova fanno male al fegato. | <input type="checkbox"/> S | <input type="checkbox"/> C |
| 2) Digiunare ogni tanto depura l'organismo. | <input type="checkbox"/> S | <input type="checkbox"/> C |
| 3) Mangiare carote protegge la vista. | <input type="checkbox"/> S | <input type="checkbox"/> C |
| 4) Il pesce fa aumentare la memoria. | <input type="checkbox"/> S | <input type="checkbox"/> C |
| 5) Una mela al giorno leva il medico di turno. | <input type="checkbox"/> S | <input type="checkbox"/> C |
| 6) Il vino rosso fa buon sangue. | <input type="checkbox"/> S | <input type="checkbox"/> C |
| 7) L'arancia è oro al mattino, argento a pranzo e piombo a cena. | <input type="checkbox"/> S | <input type="checkbox"/> C |
| 8) Con una buona dieta, tocca i mai e se quieta. | <input type="checkbox"/> S | <input type="checkbox"/> C |
| 9) Il cioccolato fa venire i brufoli. | <input type="checkbox"/> S | <input type="checkbox"/> C |

Ne conosci altre? Prova a chiedere ai tuoi familiari...

Risposte esatte: 1C, 2C, 3C, 4C, 5C, 6C, 7C, 8S, 9C.

Obiettivo specifico 2

Gli studenti analizzano le proprie abitudini alimentari e programmano un menù ideale per una settimana.

✓ Attività 2

Dimmi cosa mangi

Impostazione del diario alimentare. Viene consegnata a ciascun alunno una scheda (*allegato*) con un diario alimentare da compilare per una settimana, specificando che vanno registrati tutti gli alimenti e le bevande che vengono consumati ogni giorno.

Svolgimento dell'attività

- Presentazione del diario di ciascuno alla classe e discussione in plenaria.
Quali cibi sono consumati di più?
Quali di meno?
Quali non vengono mai consumati?
Quali strategie personali ciascuno può mettere in atto per correggere gli errori più frequenti?

- Ciascuno individua, dall'analisi del proprio diario alimentare, le strategie che può mettere in atto per correggere i propri errori, in modo da elaborare alla fine un menù personalizzato di una settimana, corretto dal punto di vista nutrizionale e calorico, ma piacevole ed adatto ai gusti personali.

Strumenti

Materiale didattico - scientifico - (proprio libro di testo, tabelle nutrizionali, piramide alimentare allegata, ecc.).

Allegato.

Tempi

8 ore

Verifica

Elaborato finale: menù personalizzato corretto dal punto di vista nutrizionale.

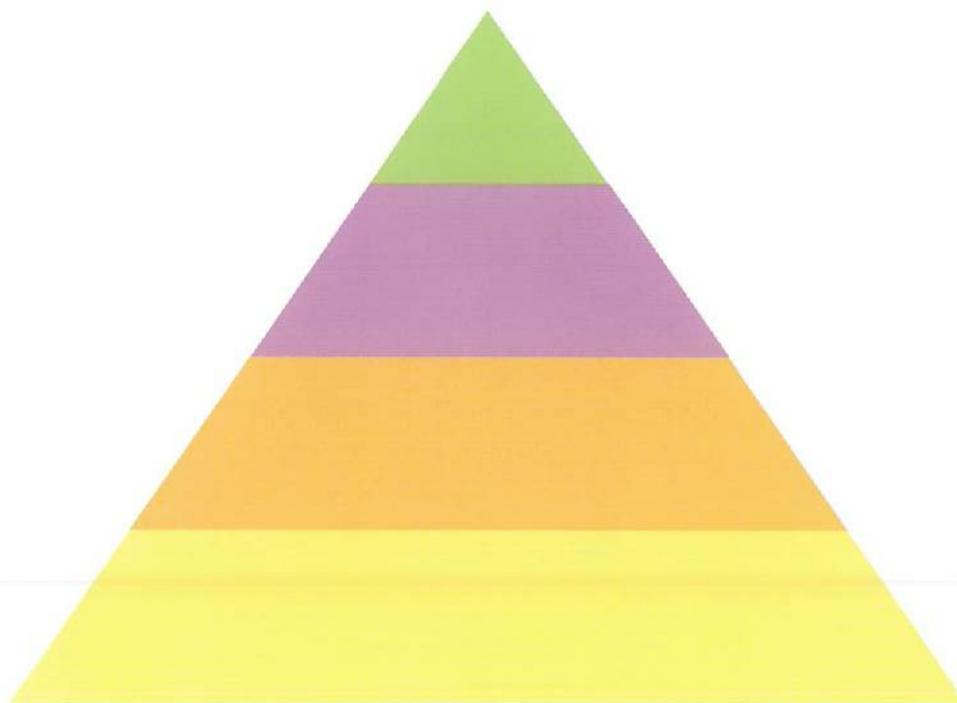
Discipline coinvolte

Italiano - Scienze - Disegno

Allegato

GIORNO DELLA SETTIMANA	ALIMENTI CONSUMATI: segnare la qualità degli alimenti e non la quantità, ad es. se la pasta è al pomodoro od alla carbonara.
DATA	
COLAZIONE	
METÀ MATTINA	
PRANZO	
MERENDA	
CENA	
FUORI PASTO	
BEVANDE	

La Piramide Alimentare



I comportamenti alimentari

Schede di attività

**Mi piace o non mi piace
Il corpo impossibile
Compra il marchio della salute!
Mangio o non mangio?**

Destinatari

Studenti 1° e 2° anno scuole superiori.

Obiettivo generale

Gli studenti sono in grado di interpretare correttamente i messaggi mediatici e le immagini che condizionano i comportamenti alimentari.

Obiettivi specifici

- 1) Gli studenti sono in grado di identificare i condizionamenti che i media esercitano su scelte comportamentali che influenzano la salute, fra cui quelle relative ai comportamenti alimentari.
- 2) Gli studenti sono capaci di analizzare l'uso del corpo, soprattutto femmini-

le, nel mondo della pubblicità.

- 3) Gli studenti analizzano come la strategia del "marchio" influenzi l'utilizzo di alcuni prodotti alimentari rispetto ad altri.
- 4) Gli studenti sanno identificare la promozione diretta ed indiretta di alcuni comportamenti alimentari attraverso i media che producono e diffondono notizie (giornali, riviste, internet, notiziari...).

Contenuti

Messaggi pubblicitari da varie fonti e materiale didattico-scientifico, riviste, films, testi tratti da canzoni o dalla letteratura.

Obiettivo specifico 1

Gli studenti sono in grado di identificare i condizionamenti che i media esercitano su scelte comportamentali che influenzano la salute, fra cui quelle relative ai comportamenti alimentari.

Attività 1

Mi piace o non mi piace

I media intervengono potentemente nel-

l'educare, nell'informare e nell'influenzare il modo di vedere noi stessi e gli altri. I media ci dicono cosa è buono, valido, normale, affascinante e queste definizioni spesso influenzano il nostro modo di sentire ed agire.

Metodo

Lavoro di gruppo

Gli studenti vengono divisi in gruppetti di 4-5 persone; ciascun gruppo lavorerà sulle seguenti attivazioni:

Quali tipi di media ti piacciono di più, quali di meno e perché?

Quale particolare programma televisivo ti piace di più di meno e perché?

Quali personaggi dei media ti piacciono di più, di meno e perché?

Discussione in classe.

Consegna dell'allegato "Le 7 domande critiche sui media".

A casa

Ognuno analizza una tipica trasmissione televisiva rivolta ai giovani (telefilm, video musicali o altro) e individua quale tipologia di adolescente è protagonista di questi programmi. Ognuno prova poi a tracciare un profilo dell'adolescente "tipo" che compare in televisione e risponde alle seguenti domande:

"Quanto ti assomiglia?"

"In che cosa è differente da te?"

Discussione in classe del lavoro svolto.

Strumenti

Allegato 1: "Le 7 domande critiche sui media".

Visione di determinati programmi televisivi.

Tempi

3 ore in classe

tempo variabile per il lavoro da svolgere a casa.

Discipline coinvolte

Italiano

Allegato 1

Le 7 domande critiche sui Media

1 Chi sta comunicando e perché?

Ogni messaggio viene comunicato per una ragione: per divertire, per informare, per persuadere...ma soprattutto perché esistono prodotti e merci che devono essere vendute e consumate.

2 Chi possiede, trae profitto e paga i messaggi mediatici?

I messaggi mediatici sono di qualcuno. Sono strutturati per ottenere dei risultati, per procurare profitti, per essere pagati. Quasi sempre il mondo dei media oggi serve non tanto a comunicare, a divertire, ma a vendere qualche cosa.

3 Come sono comunicati i messaggi mediatici?

Ogni messaggio viene comunicato attraverso il suono, il video, il testo e/o la fotografia. I messaggi vengono enfatizzati mediante particolari inquadrature, effetti speciali, sia di stampa che musicali.

4 Chi riceve i messaggi e che idea ci si fa di essi?

I messaggi sono filtrati dal "setaccio interpretativo" delle nostre credenze, attitudini, valori e comportamenti. Spettatori diversi comprendono il medesimo messaggio in modo diverso: esempio, la stessa immagine può inviare messaggi che maschi e femmine interpretano in modo molto differente.

5 Quali sono gli intendimenti ed i propositi nascosti nei messaggi; di chi è il punto di vista nascosto dietro il messaggio?

Dietro ogni messaggio c'è un proposito ed un punto di vista. I media promuovono valori e modi parziali di vedere le cose: qualsiasi testo dei media, che sia un articolo di giornale, un video o un servizio del tuo settimanale preferito, non dirà mai tutta la verità.

6 Che cosa non è stato detto e perché?

Identificare ciò che non viene esplicitamente espresso nel messaggio, spesso rivela moltissimo riguardo agli scopi del messaggio stesso.

7 C'è coerenza dentro ed attraverso i media?

I messaggi mediatici raccontano solo una parte della storia, dando ad una notizia una prospettiva locale, piuttosto che nazionale o internazionale o esprimendo un punto di vista politico rispetto ad un altro, o dando un'intonazione particolare ad una notizia rispetto ad un'altra. Attraverso un'analisi di questo tipo possiamo verificare come una notizia possa essere scritta e/o diffusa in modo diverso, a seconda dei vari punti di vista.

Obiettivo specifico 2

Gli studenti sono capaci di analizzare l'uso del corpo, soprattutto femminile, nel mondo della pubblicità.

✓ Attività 2

Il corpo impossibile

Gli alunni analizzano e focalizzano le caratteristiche dei personaggi maschili e femminili utilizzati nei messaggi pubblicitari e fanno il confronto con la realtà. Confronto con le foto di famiglia, degli amici ecc., con foto di personaggi della vita politica, ad esempio, per capire il modello che viene "imposto".

Gli alunni analizzano in Storia dell'Arte, relativamente al periodo studiato, il modello di bellezza in voga al tempo, riflettendo su come questo modello cambi nelle diverse epoche...

In Disegno gli alunni possono valutare le possibilità di alterazione dell'immagine con l'uso del PC, per rendersi conto dei trucchi operati sulle figure proposte dai media.

Metodo

Lavoro di gruppo

I gruppi formati ritagliano dai giornali 5-10 immagini pubblicitarie che ritraggono un corpo femminile e altrettante immagini pubblicitarie che utilizzano un corpo maschile.

Obiettivo specifico 3

Gli studenti analizzano come la strategia del "marchio" influenzi l'utilizzo di alcuni prodotti alimentari rispetto ad altri.

✓ Attività 3

Compra il marchio della salute!

La strategia di costruzione del "marchio" influenza le nostre scelte alimentari e non solo...

Ogni gruppo riflette sul profilo dell'immagine di donna e di uomo che i media propongono a scopo pubblicitario, e scrive le proprie riflessioni che verranno poi discusse in plenaria.

Quale immagine di donna? Associata a quale prodotto?

Quale immagine di uomo? Associata a quale prodotto?

Ogni gruppo prova ora a comporre un messaggio pubblicitario che utilizzi la "sua" immagine di donna o di uomo, mettendo in evidenza gli aspetti ritenuti importanti dal gruppo nel messaggio stesso: c'è qualche differenza?

Lettura e commento di una testimonianza. *Jamie Lee Curtis: la chirurgia plastica non funziona, guardatemi.* - Corriere della sera, 22 agosto 2002 pag. 18 (www.corriere.it).

Al computer i gruppi possono provare a modificare corpi maschili o femminili, eliminando i difetti ed accentuando le caratteristiche che li rendono attraenti e "da copiare".

Strumenti

Filmati, giornali, riviste.

Tempi

8 ore distribuite nelle varie discipline coinvolte.

Discipline coinvolte

Italiano - Scienze - Disegno - Storia dell'arte

Svolgimento attività

- Lanciare la conversazione in classe su questi punti:
costruire un marchio attraente e popolare per un prodotto è la strategia più comunemente usata per venderlo.
Marchi diversi sono creati per catturare diversi tipi di persone: ad esempio, molti marchi per donne enfatizzano un'ideale di donna magra.
- Far raccogliere ai ragazzi alcuni esempi di marchi di prodotti vari. Ognuno poi in classe sceglierà qualche marchio che lo attrae di più e spiegherà il perché.
- Test sul gusto con tre diversi marchi dello stesso prodotto: Coca Cola, Pepsy, Royal Cola.

I ragazzi diranno quale marchio piace loro di più e perché. Poi, nascondendo il marchio, i ragazzi sceglieranno la bibita preferita basandosi solo sul gusto. Qualcuno fatterà a scegliere, dimostrando così come il tipo di marchio possa influenzare le loro preferenze.

- Avviare la discussione utilizzando le seguenti domande:
Perché scegliete determinati prodotti e non altri? (Per la confezione, per il tipo di prodotto...)
Come vi sentite nei confronti dei prodotti che scegliete? (soddisfatti, felici...?) Perché?
Come vi sentite nei confronti dei cosiddetti prodotti generici? (non di marca) Perché?

Descrivete il marchio degli alimenti che scegliete. Che messaggio vi danno?

Qual è il vostro marchio preferito? Perché?

In che modo marchi diversi attirano diversi gruppi di popolazione (etnici, maschi, femmine, bambini, mamme...)?

Strumenti

Giornali, marchi di prodotti vari, bottiglie di Coca Cola, Pepsy e Royal Cola con bicchieri.

Tempi

4 ore o più a discrezione del docente.

Discipline coinvolte

Italiano - Tecnica - Disegno

Obiettivo specifico 4

Gli studenti sanno identificare la promozione diretta ed indiretta di alcuni comportamenti alimentari attraverso i media che producono e diffondono notizie (giornali, riviste, internet, notiziari...).

✓ Attività 4

Mangio o non mangio?

Tutti i mezzi di informazione, in particolare i giornali e le riviste femminili, affrontano spesso il tema delle diete, esaltando il mito della magrezza a tutti i costi e proponendo regimi alimentari spesso pericolosi e privi di fondamento scientifico.

Gli adolescenti si trovano quindi a combattere tra il desiderio di cibi fortemente reclamizzati, come le merendine, gli happy meal, le bibite, e quello di avere un corpo simile a quello di donne esili ed emaciate o di uomini palestrati ed ipertrofici.

Metodo

In questa attività da svolgere in classe, si vuole affrontare l'argomento dell'anoressia e bulimia, attraverso la discussione su alcuni brani tratti da libri o giornali.

- Lettura "La storia di Giorgia" tratta dal libro "L'adolescenza" di A. Pellai e B. Tamburini edizioni McGraw, Hill 2003. Al termine della lettura in classe, discutere con gli studenti sui seguenti punti: a) perché secondo te, alcune persone molto magre si sentono sempre grasse? b) Nella storia di Giorgia riesci a capire perché Giorgia ha problemi con il cibo? c) a chi e come potrebbe chiedere aiuto Giorgia per affrontare i suoi problemi?
- Al termine della discussione chiedere ad ogni studente, immaginando che Giorgia fosse un'amica, di scriverle una lettera. Al termine, provare a leggere insieme le riflessioni scritte.
- Lettura di un brano tratto dal libro "Cuore di ciccia" di Susanna Tamaro, Arnoldo Mondadori Editore. Discussione in classe.

Strumenti

Libri:

- L'adolescenza di A. Pellai e B. Tamburini
- Cuore di ciccia di Susanna Tamaro

Tempi

4 ore

Discipline coinvolte

Italiano