

Progetto “SALUTE E SICUREZZA” Scuola Primaria “Rognoni” Sozzago (a. s. 2018/2019)

PREMESSA

L'educazione alla SALUTE e alla SICUREZZA mira a promuovere nella Scuola Primaria situazioni di benessere, di agio e di motivazione che si traducono in comportamenti consapevoli e responsabili.

La scuola è l'agenzia formativa privilegiata per un'azione informativa e formativa completa e precoce sull'educazione alla salute e alla sicurezza.

L' Educazione Alimentare si configura come un importante tassello dell'educazione alla salute.

Risulta infatti fondamentale acquisire corrette abitudini alimentari fin dalla prima infanzia, in quanto un positivo approccio con il cibo, getta le basi per un futuro stile di vita armonioso.

Il progetto nasce quindi dalla necessità di avvicinare i piccoli al tema del mangiare sano e, nell'ambito della sicurezza, ai temi della conoscenza delle regole e dei comportamenti atti ad evitare pericoli in casa e a scuola.

Finalità ed obiettivi del progetto

La finalità generale del progetto è quella di diffondere i principi dell'Educazione Alimentare, e della sicurezza a scuola e a casa. In definitiva, di guidare gli alunni lungo un percorso che li conduca verso l'acquisizione di un atteggiamento più consapevole e responsabile nei confronti dell'alimentazione e della sicurezza.

Obiettivi educativi

Condividere un percorso educativo comune:

- Acquisire, consolidare, sviluppare e comprendere linguaggi verbali e non verbali.
- Acquisire, consolidare e sviluppare le capacità di comunicare e di esprimersi con diversificati linguaggi.
- Organizzare, rielaborare ed utilizzare conoscenze acquisite per un saper unitario.
- Riconoscere le proprie difficoltà e possibilità.
- Riconoscere le proprie emozioni per controllarle.
- Essere capace di iniziative, di decisioni e di scelte ragionevoli.
- Essere disponibili a confrontarsi e a collaborare con gli altri.
- Accettare e rispettare l'altro, la sua cultura, le sue idee...
- Comprendere e condividere le regole e i valori della convivenza civile, sociale e umana.

Obiettivi specifici

- Assumere coscienza dell'importanza della salute come benessere dello stato psicofisico e dell'importanza della prevenzione.
- Promuovere lo sviluppo di una cultura della salute come bene sociale.
- Stimolare l'acquisizione di comportamenti corretti e responsabili.
- Conoscere i principi fondamentali di una sana alimentazione ai fini di una crescita armonica ed equilibrata.
- Conoscere la tipologia degli alimenti, il valore nutrizionale e la funzione di un cibo (carboidrati, proteine, vitamine, legumi, grassi, zuccheri semplici e complessi).
- La piramide alimentare.
- Avviare alla lettura dell'etichetta nutrizionale degli alimenti e delle bibite.
- Analisi delle etichette degli alimenti a partire dalle merende consumate in classe nell'intervallo.
- Aumentare il consumo di frutta e verdura.
- Ridurre il consumo di zuccheri semplici e bevande zuccherate.
- Conoscere i corretti comportamenti da tenere in casa, e a scuola.
- Sapere individuare rischi e pericoli in ambito domestico e scolastico in modo da poterli prevenire.

Sono previsti interventi della dott.ssa Grosso Patrizia, esperto ASL, nelle classi III, IV e V secondo modalità e tempi da concordare.