

CORSI DI EDUCAZIONE ALIMENTARE



LA SALUTE VIEN MANGIANDO!

Una sana e corretta
alimentazione è fondamentale
per la tutela della salute e la
qualità della vita.



A proposito dei nostri corsi

1

Promuovono **sane**
e **corrette abitudini alimentari**

2

Favoriscono la **conoscenza** delle
proprietà nutrizionali dei vari
alimenti

3

Abbracciano
più **discipline di studio**

4

Sensibilizzano verso il nostro
patrimonio agroalimentare, storico
e **artistico**

5

Stimolano
i 5 SENSI

6

Insegnano
ad **assaggiare**

Corsi di Educazione Alimentare

Anno Scolastico 2021-2022

SCUOLA DELL'INFANZIA

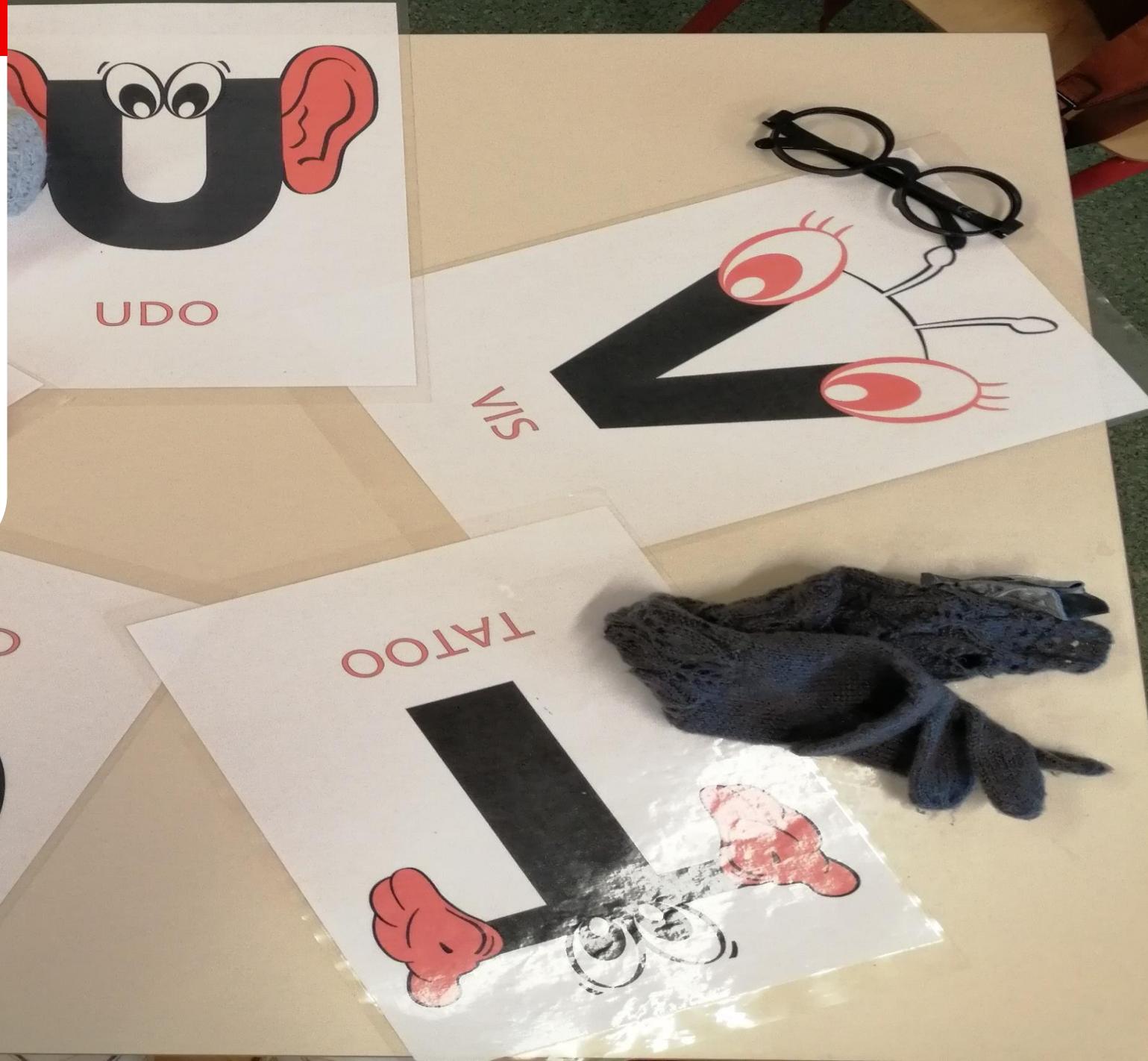
- "Storie e filastrocche a bocca piena" (Bambini di Tre, Quattro e Cinque anni)

SCUOLA PRIMARIA

- "Girotondo con un chicco di grano" (Classi Prime);
- "Raccontiamo le fiabe con gusto" (Classi Seconde);
- "Frutta e verdura: un arcobaleno di benessere" (Classi Terze);
- "Chef per uno spuntin" (Classi Quarte);
- "Commissione mensa kidz" (Classi Quarte);
- "Degustibus non est disputandum" (Classi Quinte);
- "Progetto riduzione degli scarti" (Classi Terze e Quinte);

Raccontiamo le Fiabe con Gusto

Classi Seconde



CHE LA COMPETIZIONE ABBIA INIZIO!

Gli studenti, suddivisi in cinque squadre, rappresentanti la VISTA, l'OLFATTO, l'UDITO, il TATTO e il GUSTO, si sono sfidati in molteplici prove, volte a mettere a dura prova i loro SENSI.

Filo conduttore di questa avvincente competizione, un RACCONTO FANTASTICO.

TOCCA TUTTO	17	1	2	11	12
OLBATO TATTO	10	1	2	19	11
UDITINI	12	1	2	11	11
VISTAN	13	1	2	20	11
GUSTINC	7	1	2	16	11

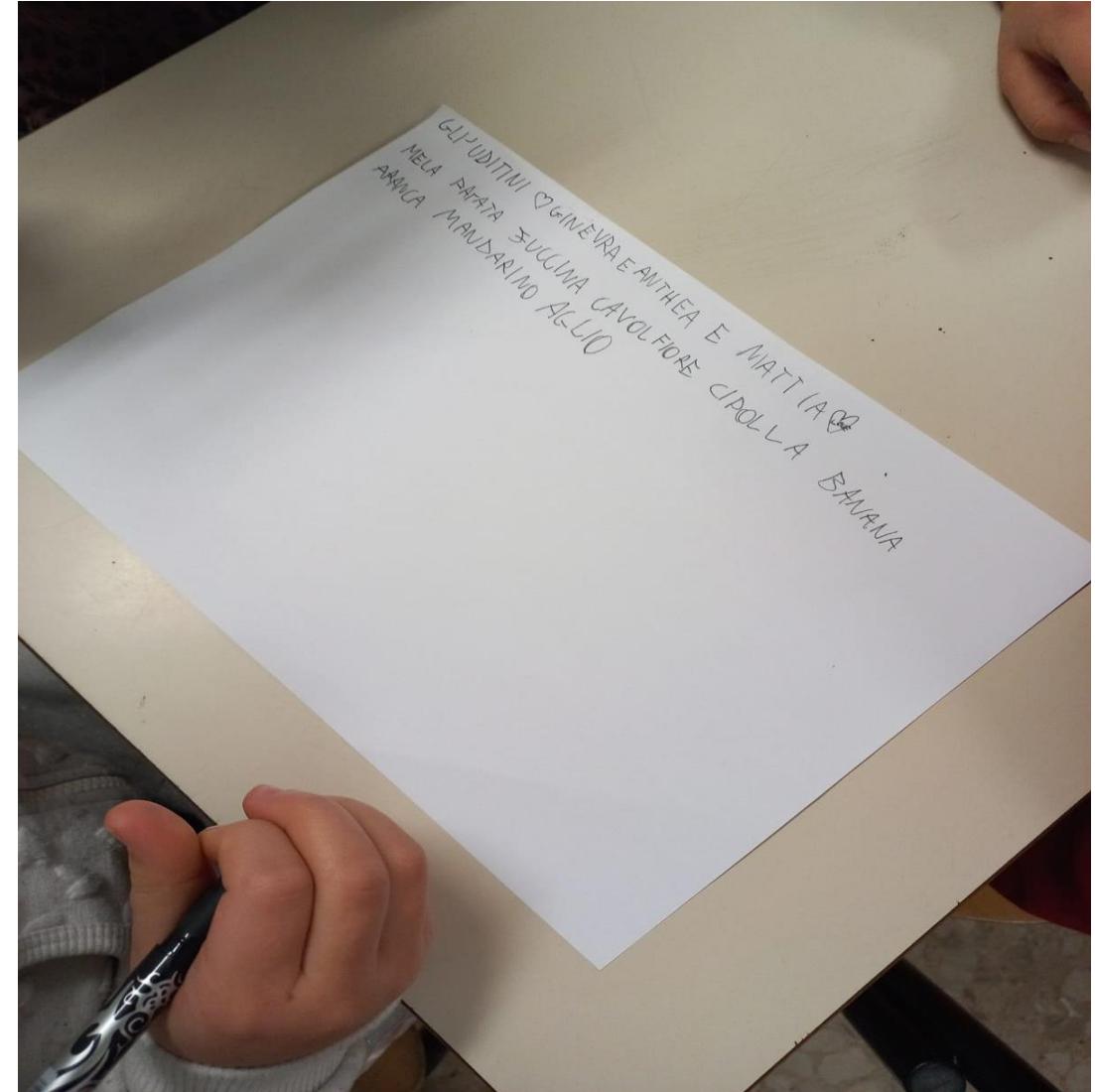
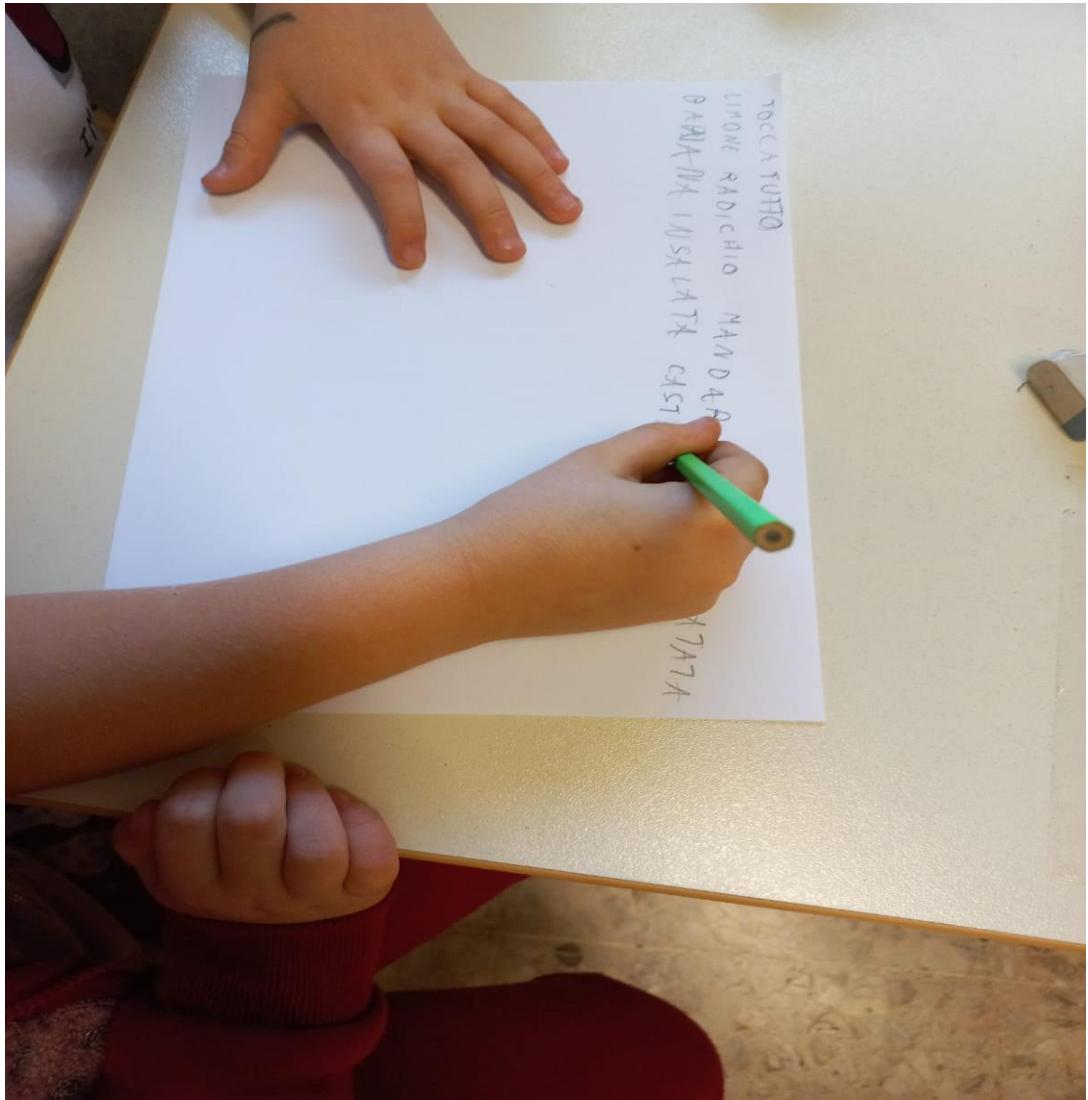
PRIMA PROVA

OSSERVARE

la VERDURA e la FRUTTA per qualche istante, cercando di MEMORIZZARNE il più possibile.



1 PUNTO PER OGNI ALIMENTO MEMORIZZATO CORRETTAMENTE



A PROPOSITO DI FRUTTA E VERDURA...

- sono FONDAMENTALI per la SALUTE del nostro CORPO perché RICCHI di VITAMINE;**
- BIANCO, GIALLO-ARANCIO, ROSSO, VERDE e BLU-VIOLA, sono i 5 COLORI che contraddistinguono questi alimenti;**
- ogni loro colore corrisponde a SOSTANZE SPECIFICHE che ci proteggono;**
- dobbiamo consumarne almeno 3 PORZIONI al giorno.**

SECONDA PROVA

TOCCARE

un ALIMENTO NASCOSTO in un sacchetto, cercando di INDOVINARE che cosa sia.

Il TATTO gioca un ruolo non indifferente per le scelte in ambito alimentare: capita spesso, infatti, di preferire una pietanza ad un'altra perché influenzati dalla consistenza di questa.

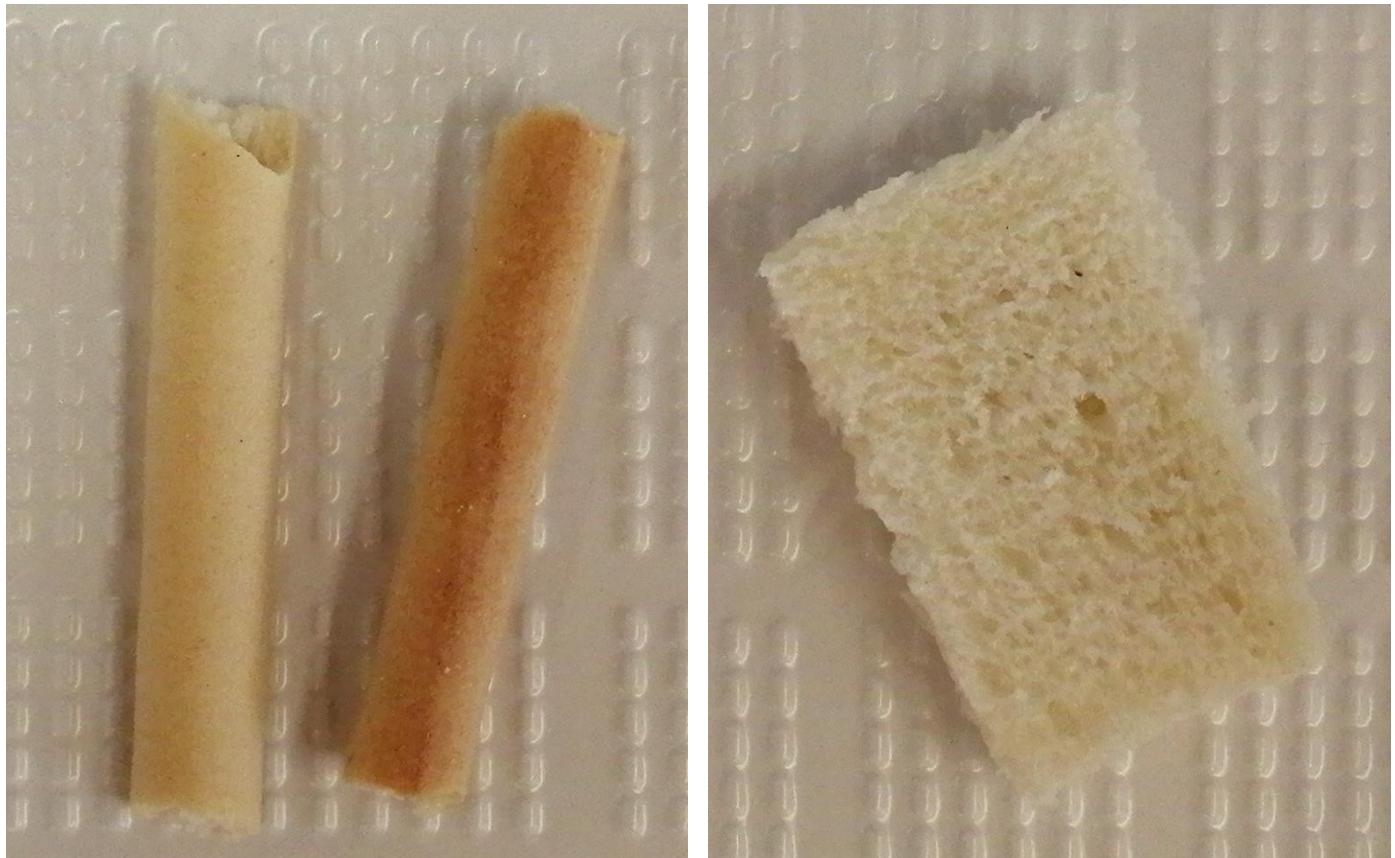


TERZA PROVA

ASCOLTARE

Il SUONO, all'interno della nostra bocca, prodotto dai diversi ALIMENTI ASSAGGIATI e provare a DESCRIVERLO con parole onomatopeiche.

L'UDITO ci fornisce indicazioni in merito alle caratteristiche dei cibi, come la freschezza e la croccantezza.

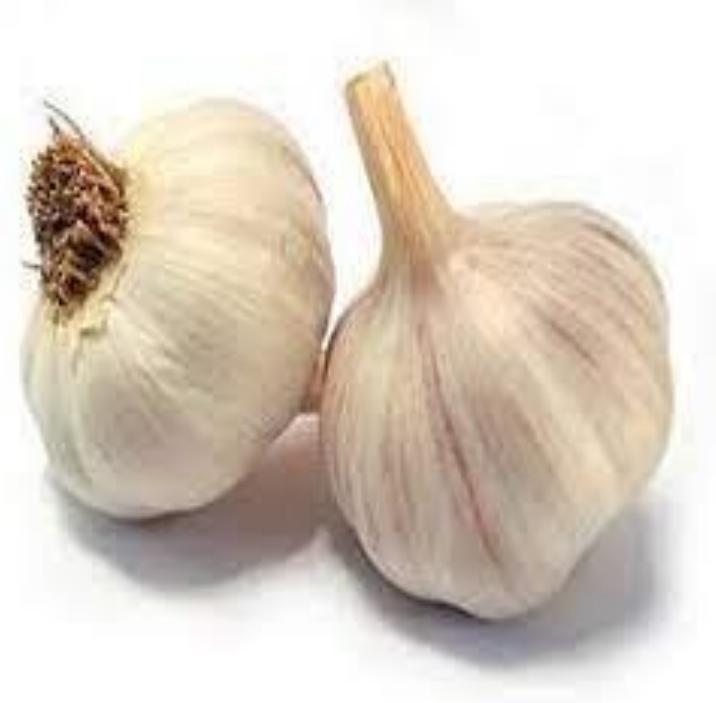


QUARTA PROVA

ANNUSARE

*un ALIMENTO NASCOSTO alla
propria vista, tentando di
RICONOSCERLO.*

L'odore del cibo, percepito grazie
al senso dell'OLFATTO, stimola
non solo il piacere o il disgusto,
ma anche ricordi.



QUINTA PROVA

ASSAGGIARE

***ALIMENTI differenti e percepirne
il GUSTO.***

Grazie al senso del Gusto e quindi alla capacità dei recettori, presenti nel nostro cavo orale, di raccogliere informazioni, è possibile distinguere i sapori degli alimenti: dolce, salato, acido e amaro.



DIVERTENDOCI ABBIAMO SCOPERTO CHE...

MANGIARE È:

- molto più che nutrirsi;
- un'esperienza sensoriale completa: nel momento in cui ci accingiamo ad assaporare un pasto, tutti i nostri sensi vengono coinvolti nella percezione del cibo.

Grazie

