



ISTITUTO COMPRENSIVO
"MONTERISI - DON MILANI"
AD INDIRIZZO MUSICALE



MIM
Ministero dell'Istruzione
e del Merito



Scuola dell'Infanzia



«Insieme a TAVOLA!»

Progetto di Ed. Alimentare

PREMESSA

I menù scolastici, predisposti da professionisti esperti e attenti alla salute del bambino, sono costruiti sulla base dei fabbisogni energetici e nutrizionali (LARN) di bambini in età prescolare e scolare e seguono le indicazioni delle presenti Linee Guida per una sana alimentazione italiana; sono equilibrati e adeguati con una copertura energetica per il pasto di circa il 35-40% del fabbisogno di energia giornaliera.

Inoltre, per aumentare la varietà dei cibi proposti, i menù sono diversi per il periodo autunno-inverno e primavera-estate.

Il pasto a scuola consente così ai bambini di conoscere alimenti diversi e nuovi sapori, stimolando curiosità verso il cibo, grazie anche all'importante ruolo di mediazione degli insegnanti, che possono aiutare a superare l'iniziale rifiuto verso cibi e sapori sconosciuti o poco usuali.

In ambiente scolastico è inoltre possibile indurre il bambino verso alimenti che in casa rifiuterebbe.

La valenza educativa di tale momento, inoltre, arriva oltre le mura scolastiche raggiungendo tutta la famiglia, sia tramite lo stesso bambino che può raccontare a casa le conoscenze acquisite a scuola, sia direttamente, consultando il menù scolastico e acquisendone la composizione.

Il pasto diviene così **pedagogico**, utilizzato come strumento educativo dai docenti.

Affinché il pranzo si connoti come opportunità di apprendimento ed educazione e possa essere vissuto come esperienza di crescita, di sviluppo e di maturazione di competenze, è necessario che venga progettato e realizzato con piena intenzionalità educativa e strutturato con precise regole e attività.

La qualità della mensa scolastica assume oggi una valenza particolare, considerato che essa è sostenuta da una ben precisa norma legislativa. Il riferimento è il Decreto Legge n. 104/2013, convertito nella Legge n. 128/2013. In particolare, l'art. 4, norma la "Tutela della salute nelle scuole" attraverso un programma politico finalizzato ad una corretta educazione alimentare, ad una disincentivazione, nelle scuole di ogni ordine e grado, di consumo di alimenti e bevande sconsigliati e a favorire la consapevolezza dei rischi connessi ai disturbi del comportamento alimentare.



...Il mangiare a scuola inoltre, si connota fortemente di **aspetti relazionali**: il bambino è parte di un gruppo, di una comunità Educativa che mette in campo regole, aspettative ed intenti.

Davanti ad un pasto caldo ci si relaziona, ci si conosce, si scopre insieme e soprattutto ci si confronta e l'uno può diventare stimolo per l'altro.

Quante volte assistiamo a bambini riluttanti davanti ad un piatto di pesce o di verdure, eppure talvolta accade che vedere un coetaneo che assaggia o che mangia con gusto, sia di ispirazione.

Si individuano dunque alcune regole da rispettare a tavola, regole che vanno esplicitate ai bambini e che devono essere sostenute da analoghe azioni in famiglia:

l'uso delle posate, il rispetto del cibo e dell'ambiente mensa devono diventare consuetudine comune a tutti; gli insegnanti invitano i bambini ad assaggiare e consumare, progressivamente, cibi per loro insoliti.



Destinatari del progetto:






- Alunni scuola dell'Infanzia plesso Don Milani

Referente per la mensa scolastica:






- Gressani Sara



Finalità del Progetto:







-  incentivare il consumo di frutta e verdura tra i bambini compresi tra i tre e i sei anni di età;
-  offrire ai bambini più occasioni ripetute nel tempo per conoscere e “verificare concretamente” prodotti naturali diversi in varietà e tipologia;
-  Potenziare l'identità di gruppo
-  Favorire l'autonomia personale e il senso di impegno e responsabilità nei confronti della collettività.
-  Educare all'acquisizione di “buone pratiche” – igieniche, alimentari, relazionali – che favoriscano lo sviluppo della curiosità sia nei confronti di cibi nuovi che di gusti e abitudini diverse dei coetanei.

Obiettivi generali

-  Favorire nei docenti, nei genitori, nei bambini, la conoscenza dei principi di sana alimentazione e dell'importanza Della pratica di attività fisica
-  Informare e sostenere i criteri che definiscono una sana crescita fisiologica
-  Favorire la capacità di scelte consapevoli
-  Migliorare l'attitudine ad adottare comportamenti più salutari
-  Rafforzare il senso di appartenenza ad un gruppo attraverso momenti di convivialità

Modalità' organizzative

Scuola dell'Infanzia

-  Durante le attività di routine mattutine ci si soffermerà nel completare il cappello del cuoco con le immagini delle pietanze del giorno (prese dal menù della mensa Comunale)
-  Ore 12,00 circa, gli alunni che pranzano al primo turno, sistemano la propria aula e si recano in modo ordinato ai bagni per lavare le mani
-  Dalle 12,15 circa si recano nei locali mensa per occupare i posti a loro assegnati dove attendono la distribuzione delle pietanze secondo l'ordine Stabilito: primo piatto, secondo piatto con contorno, pane, frutta e dolcino quando previsto.
-  Terminato il pranzo si rientra in classe assicurandosi di aver lasciato quanto più in ordine possibile il locale.
-  Ore 13.15 circa gli alunni del secondo turno mensa seguiranno le stesse procedure dei compagni del primo turno.
-  I docenti, al termine dei turni, consegnano ai collaboratori una tabella su cui è segnato cosa i bambini hanno mangiato, in modo da rendere partecipi le famiglie.

Attività correlate

Scuola dell'Infanzia



Gestione «tabellone del cuoco» su cui riportare ogni giorno le pietanze previste dal menù



Creazione libricino «mangiando in rima» su cui vi sono riportate allegre filastrocche che riguardano i principali alimenti



Realizzazione di semplici istogrammi sul gradimento dei cibi per monitorare eventuali cambiamenti nel gusto e preferenze soprattutto per cibi non troppo amati e/o conosciuti

Impegni assunti dai bambini nel corso del pranzo



Entreranno ed usciranno in modo educato dal locale mensa: rispetteranno la fila ed occuperanno il posto a loro assegnato.



Manterranno la posizione sedentaria per tutta la durata del pasto.



Manterranno un tono di voce basso durante tutto il pasto.



Non giocheranno con il cibo, con l'acqua, con le posate.



Terranno la loro postazione pulita.



All'interno del gruppo di alunni che siede allo stesso tavolo, a turno, uno di essi svolge il ruolo di capotavola con il compito di controllare che tutti abbiano osservato le regole condivise

Impegni assunti dagli insegnanti



Inviteranno gli alunni a non sprecare il cibo e ad evitare di far rovesciare i bicchieri colmi d'acqua.



Inviteranno gli alunni ad assaggiare tutte le pietanze.



Qualora il giudizio sulla pietanza fosse negativo e condiviso da tutti gli insegnanti presenti si seguirà la procedura in caso di disservizio:

1. Intervenire in giornata inviando una mail con una relazione- valutazione del pasto, indirizzata al Dirigente scolastico e ai membri della Commissione mensa dell'I.C. Don Milani.
2. Apporre la firma di tutti gli insegnanti presenti, se rilevano la stessa problematica;
3. La segnalazione protocollata verrà trasmessa dalla scuola al Comune.



I docenti che effettuano il servizio mensa informeranno le singole famiglie nel caso insorgano particolari problemi legati al comportamento e/o quando ripetutamente i pasti non vengano consumati.

Buon Pranzo a tutti!

