

## Progetto curricolare

### **PROGETTO “ALIMENTAZIONE”**

#### **PREMESSA**

Il 14 ottobre 2011 il M.I.U.R. ha pubblicato le linee guida in materia di educazione alimentare affinché le istituzioni scolastiche, in collaborazione con le altre istituzioni, nell’ottica di una reciproca valorizzazione delle relative peculiarità, possano attivare percorsi specifici atti a contrastare le cattive abitudini alimentari e promuovere stili di vita sani.

Lo stile di vita delle società tecnologicamente avanzate è caratterizzato da un progressivo aumento della sedentarietà, dalla destrutturazione della preparazione dei pasti, che si manifesta nella ricerca e nel consumo di alimenti *ready to cook* e *ready to eat*, dalla destrutturazione della giornata alimentare, che si manifesta frantumando il ritmo tradizionale (colazione, spuntino, pranzo, merenda, cena) e moltiplicando le occasioni di consumo istantaneo e sregolato di alimenti reperibili in ogni ora del giorno, in ogni stagione e in ogni situazione, ma spesso di inadeguata qualità nutrizionale, dalla diffusione dei pasti fuori casa. Da qui l’esigenza di promuovere una vera Cultura Alimentare attraverso un approccio sistemico, attento non soltanto ai prodotti e ai soggetti, ma anche e, soprattutto, alle relazioni che li legano tra loro.

Le istituzioni socio-sanitarie, gli Enti locali, l’industria alimentare, il mondo agricolo, della distribuzione, della vendita, della comunicazione, e soprattutto le famiglie, i cittadini in quanto tali e in quanto consumatori, possono e devono strutturare relazioni con la Scuola, orientate ad un’idea condivisa di promozione del benessere personale, sociale e ambientale, da realizzarsi attraverso l’Educazione Alimentare sviluppata dalla Scuola stessa. Alla scuola è riservato il compito di individuare e applicare le metodologie e gli strumenti didattici più adeguati per garantire la massima efficacia dell’azione educativa. La proposta delle Linee guida tende a valorizzare quanto previsto dalle Indicazioni nazionali per i piani di studio personalizzati (DLgs. N. 59 del 19/02/2004), in cui l’Educazione Alimentare veniva introdotta nell’ambito della “Convivenza civile”, dalla Raccomandazione del Parlamento Europeo e del Consiglio relativa alle competenze chiave per l’apprendimento permanente (del 18/12/2006), dal Regolamento recante norme in materia di adempimento dell’obbligo di istruzione (D.L. 22/08/2007), dalla Circolare Ministeriale n. 86 del 27 Ottobre 2010 per l’insegnamento di “Cittadinanza e Costituzione”. Le Linee guida, inoltre, promuovono la trasversalità dell’Educazione Alimentare sugli aspetti scientifici, storici, geografici, culturali, antropologici, ecologici, sociali e psicologici legati al rapporto, personale e collettivo, con il cibo.

<b><u>FINALITÀ</u></b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Migliorare lo stato di benessere degli individui;</li> <li>• promuovere adeguate abitudini alimentari;</li> <li>• eliminare i comportamenti alimentari insoddisfacenti;</li> <li>• utilizzare manipolazioni più igieniche degli alimenti;</li> <li>• utilizzare efficacemente le risorse alimentari.</li> </ul>
<b>OBIETTIVI</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Incentivare la consapevolezza dell'importanza del rapporto tra cibo/salute così da sviluppare una coscienza alimentare personale e collettiva, secondo le indicazioni dei soggetti e delle Istituzioni preposte;</li> <li>• Favorire l'adozione di sani comportamenti alimentari;</li> <li>• Conoscere le produzioni agroalimentari di qualità, ottenute nel rispetto dell'ambiente, della legalità e dei principi etici, legate alla tradizione e alla cultura del territorio;</li> <li>• Promuovere la conoscenza del sistema agroalimentare mediante la comprensione delle relazioni esistenti tra sistemi produttivi e distributivi, in rapporto alle risorse alimentari, all'ambiente, alla società.</li> <li>• Promuovere un concetto di qualità complessiva del cibo che, partendo dalla sicurezza, incorpori aspetti valoriali emergenti relativi a sostenibilità, etica, stagionalità, intercultura, territorialità.</li> </ul>
<b>CONTENUTI DELL'ATTIVITÀ DIDATTICA</b>
<p><i>Il rapporto sensoriale con gli alimenti</i>          Gli organi di senso sono il primo e più importante strumento a nostra disposizione per conoscere e valutare un alimento, sia sotto il profilo della sua gradevolezza, sia rispetto alle sue caratteristiche qualitative e igieniche.</p> <p><i>La nutrizione e l'ambito scientifico</i>          La composizione degli alimenti, la fisiologia della nutrizione, gli elementi di base della scienza dell'alimentazione.</p> <p><i>La merceologia, ovvero la conoscenza del cibo</i>          Le radici della produzione alimentare, le fasi della trasformazione, il confezionamento, l'etichettatura, la distribuzione, la conservazione, la preparazione del cibo.</p> <p><i>L'igiene e la sicurezza alimentari</i>          Corretta manipolazione degli alimenti e giusta conservazione.</p> <p><i>L'approccio culturale al cibo</i>          Il rapporto con il territorio, le sue risorse e gli elementi di sostenibilità, le diverse tradizioni gastronomiche, il confronto interculturale e la valorizzazione della</p>

biodiversità, i riti, la convivialità, i luoghi e le modalità di rapporto con il cibo nell'acquisto e nel consumo.

## *METODOLOGIA*

In coerenza con i ritmi dello sviluppo psicologico ed esperienziale del singolo, il percorso potrebbe essere inteso idealmente attraverso quattro momenti significativi:

1. Io, il cibo nel mio piatto e il mio corpo (Il livello di intimità nell'atto del cibarsi).
2. Io, il cibo nella mia giornata, la scuola e la famiglia (La giornata alimentare in famiglia e a scuola. I tempi, le regole, e i momenti del mangiare, la convivialità).
3. Io, il cibo, la stagione, gli amici e il territorio in cui vivo (I modelli di consumo, i luoghi del cibo, gli stili alimentari, la tipicità, comportamenti ed etica).
4. Io, il cibo e la società, nel mondo e nel tempo (Alimento, filiera e complessità del sistema agroalimentare).