

ISTITUTO COMPRENSIVO DI MONTEFORTE D'ALPONE

PLESSO: Scuola secondaria di primo grado "G. Zanella"	CLASSI Seconde	A.S. 2021 / 2022
--	------------------------------	--------------------------------

TITOLO PROGETTO: **MANGIARE BENE PER STARE BENE**

OBIETTIVI FORMATIVI

- Acquisire consapevolezza sull'importanza di un corretto stile di vita per mantenersi in salute.
- Sviluppare capacità critiche al fine di compiere scelte consapevoli in materia di alimentazione e non solo.
- Avere un atteggiamento critico verso i modelli proposti dai mass media.
- Considerare la ricerca scientifica come fondamento per la costruzione del proprio sapere
- Sviluppare la comunicazione orale, per immagini e digitale.

CONOSCENZE:

- Sapere quali sono i principi nutritivi, che ruolo hanno nell'alimentazione e in quali alimenti si trovano.
- Conoscere la frequenza di consumo auspicabile dei diversi tipi di alimenti.
- Comprendere il legame esistente tra una scorretta alimentazione e l'insorgenza di alcune malattie.
- Comprendere l'importanza dell'attività fisica per stare bene e conoscere il rapporto fra calorie introdotte con l'alimentazione e il dispendio energetico.
- Conoscere le tecniche necessarie, digitali e artistiche, per la realizzazione del prodotto finale (poster digitale), in tutte le sue parti.

ABILITA':

- Leggere e comprendere un'etichetta sui valori nutrizionali di un alimento.
- Interpretare la piramide alimentare collegando la posizione degli alimenti in essa con la frequenza di assunzione.
- saper distinguere i cibi sani da quelli "spazzatura".
- Pianificare in modo semplice una dieta alimentare in funzione di particolari attività fisiche.
- Pianificare le diverse fasi di realizzazione del prodotto digitale e saper utilizzare le tecniche necessarie.
- Produrre immagini legate al tema dell'alimentazione da inserire nel prodotto finale.

DISCIPLINE COINVOLTE:

Scienze
Motoria
Arte
Tecnologia

OPERATORI ESTERNI COINVOLTI:

Intervento a scuola di un ricercatore e di un volontario dell'AIRC (Associazione Italiana per la Ricerca sul Cancro)

METODOLOGIE:

- Lezione frontale interattiva
- Laboratorio scientifico sugli alimenti
- Attività ludiche
- Laboratorio di informatica
- Laboratorio di arte per la produzione di immagini da inserire nel poster finale
- Incontro con esperti esterni

PERIODO DI ATTUAZIONE:

Secondo quadrimestre

PROVE DI VERIFICA FINALI:

Verifiche scritte e orali sui contenuti specifici.
Verranno anche valutati la partecipazione, l'impegno,

MATERIALI UTILIZZATI:

- Libri di testo
- Articoli su alimentazione e salute

l'interesse dei ragazzi nei confronti delle attività proposte e per la realizzazione del prodotto finale.	<ul style="list-style-type: none"> - Kit didattici di AIRC - Materiali vari (alimenti, contenitori, reagenti,...) per il laboratorio scientifico - Hardware e software per le attività digitali
<u>SPESE (OPERATORI ESTERNI, MATERIALE, ALTRO):</u> /	<u>DOCENTI COINVOLTI</u> (NOME, COGNOME E ORE ATTIVITA' OLTRE L'ORARIO DI SERVIZIO) Cusenza Vito 4 ore Cutrò Carmelo 4 ore Longo Luca 4 ore Zermiani Monica 4 ore Rebellin Orietta 4 ore Costantini Tiziano 4 ore Menini Lisa 2 ore Colognese Chiara 2 ore Pasetto Elena 2 ore Soriato Luciana 2 ore Benetton Mara 6 ore
<u>DATA</u> 22/10/2021	<u>DOCENTE COORDINATORE</u> (NOME COGNOME E ORE ATTIVITA' OLTRE L'ORARIO DI SERVIZIO) Benetton Mara 6 ore totali

APPROVATO DAL COLLEGIO DOCENTI DEL

VISTO IL DIRIGENTE SCOLASTICO
Giuseppe Boninsegna