

Anno scolastico
2025-26

"IL VIAGGIO DEI NUTRIENTI: CARBURANTE PER CRESCERE"

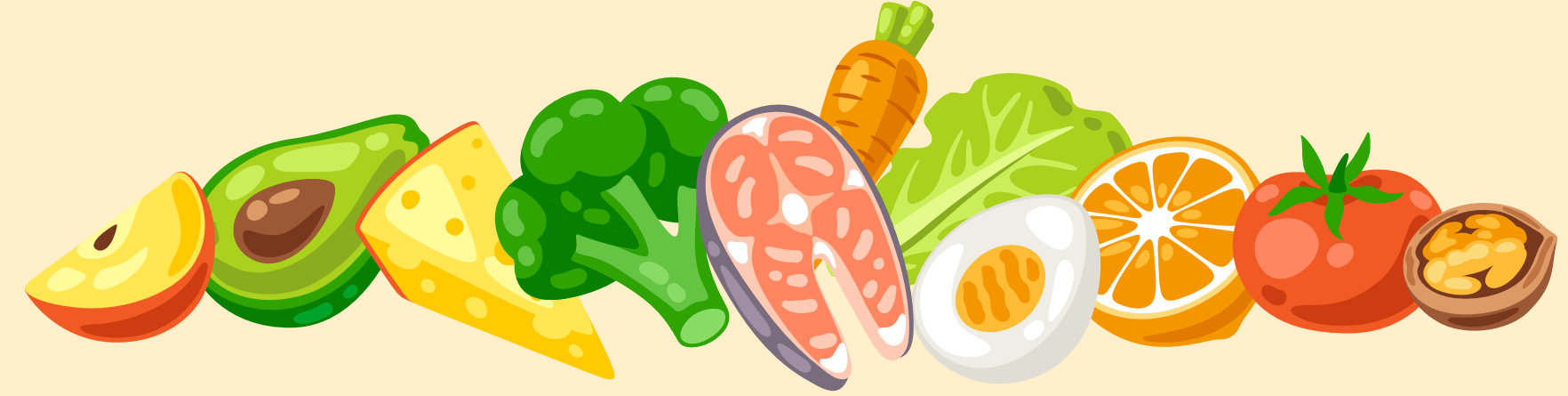
Scuola Primaria Borgonuovo
Classe Quarta A



Introduzione e motivazione



Il progetto nasce dalla necessità di promuovere tra gli alunni della classe quarta una cultura del benessere e della sana alimentazione. In questa fascia d'età, i bambini iniziano a sviluppare una maggiore autonomia nelle scelte alimentari quotidiane (merende, snack). L'obiettivo è stato quello di trasformare il momento del pasto da semplice "abitudine" a scelta consapevole, contrastando la tendenza al consumo di cibi eccessivamente processati e promuovendo la varietà alimentare.



OBIETTIVI DIDATTICI

01

● Conoscere i nutrienti: Distinguere tra carboidrati, proteine, grassi, vitamine e sali minerali, comprendendone la funzione energetica e protettiva.

02

● Scoprire la Piramide Alimentare: Imparare a leggere la piramide per capire la frequenza con cui consumare i diversi cibi.

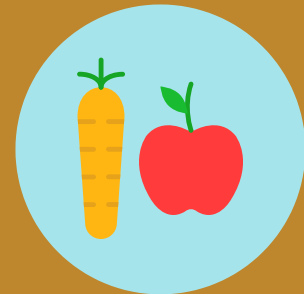
03

● Promuovere la stagionalità e il territorio: Riconoscere l'importanza di consumare frutta e verdura di stagione, possibilmente a "chilometro zero".

04

● Sviluppare il senso critico: Imparare a leggere in modo semplice le etichette alimentari per non farsi influenzare solo dalla pubblicità.

FASI DEL PERCORSO E ATTIVITA'



Settimana 1
Fase 1: Il Brainstorming e
le Abitudini Quotidiane

Settimane 2-3
Fase 2: Viaggio nella
Piramide Alimentare

Settimana 4-
Fase 3: Monitoraggio e analisi
quantitativa dello spreco
alimentare in mensa.

Settimana 5
Fase 4 : L'analisi
statistica

Settimana 6-7
Fase 5: Creazione
Lapbook.

Settimana 8-9
Fase 6-7: Costruzione
di un plastico.



Metodologie utilizzate: cooperative learning



Didattica
laboratoriale:
Esperienze
dirette con il
cibo .





LAVORI DI GRUPPO PER LA CREAZIONE DEI CARTELLONI



I BAMBINI HANNO INSERITO TUTTO QUELLO CHE HANNO APPRESO IN UN LAPBOOK.





Il Coinvolgimento delle Famiglie
Consapevoli che l'educazione alimentare non
possa esaurirsi tra le mura scolastiche,
il progetto ha previsto un canale di
comunicazione attivo con le famiglie, volto a
creare una sinergia tra scuola e casa



RISULTATI E VALUTAZIONE

Il progetto ha riscontrato un forte entusiasmo e un'attiva partecipazione da parte di tutta la classe I bambini si sono trasformati in veri e propri 'scienziati dei dati' e questo ha permesso inclusione di tutti. Dai test di verifica finali (schede riassuntive) e dall'osservazione diretta durante l'intervallo, si è notato un cambiamento positivo: diversi alunni hanno iniziato a sostituire merendine confezionate con frutta o piccoli panini preparati a casa. L'obiettivo di rendere i bambini più consapevoli e "curiosi" verso cibi nuovi e salutarì è stato pienamente raggiunto.

