



**LA LIBELLULA**  
Soc. Coop. Sociale



Asilo nido dell'Unité des Communes Valdôtaines Grand-Combin  
Gestito dalla  
Società Cooperativa Sociale "La Libellula"



PROGETTO DIDATTICO

# Progetto: "Mangiando si impara"

ANNO 2018/2020

*"Insegnargli a mangiare alimenti nuovi, facendoglieli prima guardare, toccare, annusare, per poi gustarli, senza fermarsi solo al loro aspetto e colore.*

*Solo così i bambini potranno apprendere ed educarsi ad un nuovo modo consapevole di mangiare, per la propria salute di oggi e di domani."*

*Il progetto iniziato nell'anno educativo 2016/2017 si propone di sviluppare gli obiettivi proposti con modalità pluriennale. Infatti pensiamo che tali obiettivi si prestino ad interessare molteplici ambiti che sono espressi nel progetto pedagogico complessivo. Si spazia dall'ambito sensoriale a quello manipolativo, da quello socializzante a quello di esplorazione degli alimenti e materiali vari, da quello di contatto col territorio a quello di stretto rapporto con le famiglie, a quello cognitivo, ecc.*

-----

Il nido è il primo contesto di vita "comunitaria" in cui il bimbo viene inserito ed è qui che esso sperimenta diverse dimensioni di autonomia tra cui quella del pasto. Il pasto è un momento particolare e delicato, connesso oltre che alla vitale funzione di nutrirsi, al piacere di stare insieme; è un tempo di attesa, di condivisione e di relazione, di scoperte e di stimoli sensoriali sempre nuovi ed importantissimi per lo sviluppo psico-fisico del bambino.

Nei primi anni di vita, l'aspetto dell'imitazione dell'altro è una peculiarità ed uno strumento di apprendimento: al nido si pranza tutti insieme ed i bambini hanno la possibilità di osservarsi e, per stimolo, di imitarsi anche nell'assaggio di nuovi e diversi alimenti,

superando la diffidenza verso le novità che, spesso, li caratterizza.

Se si considera inoltre che, oggigiorno, il tema dell'alimentazione è fortemente connesso al tema della salute e della prevenzione, impostare, in coerente collaborazione con la famiglia, delle buone prassi legate all'alimentazione diviene ulteriore elemento qualificante. I cibi, grazie alle loro proprietà organolettiche, stimolano tutti i sensi: sono colorati, saporiti e profumati, hanno svariate consistenze a seconda che siano crudi o che siano cotti. Quando il bambino consuma un alimento in un contesto sociale favorevole, come l'asilo nido, nutrirsi diventa per lui un vero piacere ed è disposto a fare nuove esperienze gustative.

Mangiare è anche imparare a stare insieme in un sistema di regole condivise, che consente di accogliere meglio nuove esperienze gustative e superare diffidenze verso cibi nuovi.

Conoscere gli alimenti significa per il bambino fare conoscenza con l'aspetto visivo, gustativo e tattile del cibo. All'asilo nido il bambino amplia il proprio mondo gustativo e fa nuove esperienze sensoriali.

Per i piccolissimi inoltre l'alimentazione è soprattutto un momento di intimità tra adulto e bambino dove diventa importantissimo rispettare i suoi tempi, i ritmi, i cambiamenti che avvengono di giorno in giorno, soprattutto nella fase delicata dello svezzamento che spesso coincide con l'ingresso del bambino al nido.

### **Soggetti coinvolti:**

Alla realizzazione del progetto sono coinvolti le educatrici, le cuoche e i bambini del nido e le collaborazioni esterne con aziende agricole

## Obiettivi:

- Riconoscere frutta e verdura, incentivandone il consumo sia attraverso gli alimenti proposti, mediante immagini e varie attività espressive e sensoriali.
- Scoprire l'origine dei vari cibi creando un fattivo legame col territorio.
- Scoprire la trasformazione dei vari cibi.
- Conoscere ed assaggiare diversi tipi di cibi diminuendo così le avversioni alimentari proprie dei bambini.
- Favorire la relazione con l'educatrice e i compagni stimolando anche l'orientamento nello spazio e l'autonomia.
- Autonomia nell'alimentazione, stimolando anche la presa di coscienza delle quantità desiderate.
- Riconoscimento degli oggetti necessari per apparecchiare la tavola.
- Accettazione di regole a tavola per aiutare i bambini a percepire stabilità e ordine permettendo loro di sviluppare e rafforzare la propria sicurezza.
- Imparare semplici regole igieniche.
- Sensibilizzare le famiglie ad una corretta alimentazione e a sviluppare comportamenti positivi nel rapporto con il cibo...

## Descrizione delle attività:

- Espressive, manuali e sensoriali per oggetto: frutta e verdura (Piantine nell'uovo, pittura con verdura e frutta, esperienze olfattive e gustative di riconoscimento, preparazione di cibi, collage con pasta, farine, varie, ecc. ...).
- Visite guidate esterne al nido per scoprire l'origine e la trasformazione dei cibi.
- Invitare i bambini a fare i "camerieri" con un grembiolino e un cappellino appositi, durante il momento della consumazione della frutta alle 9,30; si creerà un calendario settimanale dei "turni".

- Sbucciare in autonomia la frutta (banane, mandarini...).
- Apparecchiare, sparecchiare e riordinare tavoli e sedie.
  
- Appendere i bavaglioli al proprio gancio riconoscendo il contrassegno.
- Lasciare che il bambino si serva da solo quando è possibile dando indicazioni utili.
- Non portare a tavola giochi, imparare la corretta postura stando seduti per consumare il pasto.
- Lavare le mani prima del pasto e dopo con il lavaggio dei dentini.
- A cadenza quindicinale accanto al foglio del menu si proporranno le ricette del nido, le proprietà di frutta e verdura o articoli di educazione alimentare.

**Strumenti di verifica:** Foto, brevi relazioni sulle attività svolte

Il gruppo di lavoro

