



**LICEO STATALE "G.A. DE COSMI"
LICEO DELLE SCIENZE UMANE
LICEO DELLE SCIENZE UMANE CON
OPZIONE ECONOMICO SOCIALE
LICEO LINGUISTICO**

Via L. Ruggieri, 15 - 90135 Palermo

☎ 091/402581 - fax 091/400727

C.F. 80018400822

PAPM02000N@ISTRUZIONE.IT

PROGETTO DI EDUCAZIONE ALIMENTARE PER ALUNNI DIVERSAMENTE ABILI

Anno scolastico 2017/18

Introduzione

Abituarsi ad assumere **cibo buono e sano**, secondo i giusti ritmi, attraverso una alimentazione varia ed equilibrata, é una condizione indispensabile per seguire fin dalla gioventù uno stile di vita sano. E' compito della scuola favorire negli alunni, anche quelli con disabilità, l'acquisizione di stili alimentari più consapevoli. Il presente laboratorio è indirizzato a ragazzi con disabilità cognitiva media/grave.

Obiettivi didattici

1. riconoscere i cibi;
2. saper distinguere le varie categorie degli alimenti (carboidrati, proteine, grassi, etc.);
3. comprendere alcuni semplici concetti riguardo al valore nutritivo dei cibi;
4. sviluppare dei comportamenti adeguati riguardo ad una corretta alimentazione;
5. saper leggere le informazioni contenute nelle etichette (data di scadenza, peso, ingredienti, ...).

Finalità

Il progetto si propone di rendere i ragazzi partecipanti più consapevoli di ciò che mangiano, per spingerli all'acquisizione di sane regole alimentari, sia nella qualità degli alimenti, che nella tempistica. Si propone, inoltre, di rendere questi ragazzi più autonomi e consapevoli nell'acquisto di prodotti al supermercato, attraverso lo sviluppo della capacità di saper leggere e comprendere quanto indicato nelle etichette.

Metodologia

Con attività laboratoriali svolte anche in forma ludica verrà affrontato il tema delle diverse categorie alimentari, evidenziandone i valori nutrizionali e dando indicazioni, attraverso esercitazioni e giochi di vario tipo, anche di quanto e come vanno assunte. Con esercitazioni pratiche, poi, si punterà a sviluppare negli alunni la capacità di saper individuare nelle etichette le informazioni importanti e di comprenderle.

A conclusione del percorso sono previste delle visite al supermercato per mettere in pratica quanto imparato.

Tempi

Il laboratorio si svolgerà con cadenza settimanale nelle ore curriculari e coprirà l'intero anno scolastico

Docenti referenti

Prof. Pipitone Rosa Maria

Prof. Spinnato Antonina