

L'ALIMENTAZIONE A SCUOLA

Insegnante:
Camilla Biguzzi

PREMESSA

Nell'ambito della programmazione della sezione sul tema dell'anno della scuola, quello dell'alimentazione, le attività più significative sono state:

- individuare in generale gli alimenti e nominare ciascuno, a partire da quelli finti con cui i bambini giocano "alla cucina" in sezione



- parlare dei gusti alimentari di ognuno di noi, indicando i cibi preferiti e quelli non graditi



- raggruppare gli alimenti, oltre che per colore e per forma, secondo le sostanze nutritive che ci forniscono



- chiederci come gli alimenti che mangiamo si trasformino in energia nel nostro corpo



- "comporre teste" con figure di cibi (omaggio all'Arcimboldo?)



- giocare con cibi, inchiostri, tempere



- leggere "storie con cibi"



- imparare i nomi dei cibi in inglese, utilizzando delle flashcards

CARTE DEL MENÙ SCOLASTICO: DESCRIZIONE DELLE ATTIVITÀ, OBIETTIVI, METODOLOGIE (COMPRESI BAMBINI COINVOLTI, TEMPI E SPAZI)

Dopo le esperienze di cui sopra, nella seconda metà di maggio, abbiamo proposto ai bambini di giocare con le “carte del menù”.

Praticamente tutti i bambini della sezione fanno l'esperienza quotidiana di consumare il pranzo che viene preparato nella cucina interna alla scuola (solo 1 bambina frequenta mezza giornata e va a casa a mangiare), e nel rito del mattino dell'assemblea/calendario sono compresi:

- “l'agenda”, con la successione temporale delle cose che i bambini faranno nella giornata a scuola, e fra queste ci sono sempre il pranzo e la merenda,



- la lettura del menù del giorno (il servizio di ristorazione scolastica della Città di Torino fornisce a settembre quello di tutto l'anno). Questa lettura, in relazione alla programmazione della scuola per il 2017/18 sull'alimentazione, si è ampliata, oltre che con i commenti sul gradimento o meno delle pietanze da parte dei bambini (“Yummy!”, “Yucky!”...), con la classificazione dei cibi che mangeremo (origine animale o vegetale, apporto nutritivo...).

Abbiamo dunque fotografato primi, secondi, contorni, frutta, merenda mangiati a scuola e per ognuno preparato una carta con l'immagine e la relativa scritta (ci abbiamo messo parecchio tempo per avere le fotografie di tutte le pietanze comprese nel menù dell'anno, e di volta in volta, a tavola, i bambini ci ricordavano se quelle del giorno erano state già tutte fotografate o se, per le nostre carte del menù, mancava la foto del primo piuttosto che del contorno...).



Tali carte ci sono servite anzitutto al momento della lettura del menù del giorno, per “illustrare” ciò che le signore della cucina ci avrebbero preparato per pranzo e per merenda, dedicando un apposito spazio nel tabellone del calendario.



Poi con queste stesse carte abbiamo proposto ai bambini una molteplicità di giochi, in grande o piccolo gruppo, anche secondo vari livelli di difficoltà.

Il più semplice è quello di riconoscere e nominare il cibo della carta via via “assegnata” in sorte.

L’assegnazione in sorte delle carte ai bambini è avvenuta con varie modalità:

a) facendoli pescare dal mazzo coperto,

b) facendo loro tirare un dado (o due dadi, con somma dei pallini) e quindi prendere dal mazzo la carta ordinata col numero corrispondente,

c) disposte le carte sul pavimento una dopo l'altra ad una certa distanza in modo da creare un percorso, facendo loro compiere dei passi dall'una alla successiva fino a "quella da indovinare", individuata in uno di questi due modi: c1) contando i passi ancora sulla base del lancio di uno o due dadi; c2) muovendosi al suono di una musica che viene interrotta in momenti non prevedibili che, col silenzio, danno lo stop.



In un altro gioco semplice, ma niente affatto scontato per i più piccoli, i bambini sono invitati a costituire, avendo a disposizione l'intero mazzo di carte, il menù di scuola giornaliero che piace di più e quello che piace di meno, eventualmente spiegando se si tratta di pietanze consumate anche a casa, o se a casa vengono preparate pietanze diverse da quelle che mangiamo a scuola.



In altri giochi i giocatori –singoli o in squadra- cercano di raggruppare le carte assegnate a seconda che:

- si tratti di frutta, o verdura, o carne, o pesce, o latticini, o legumi, o uova, o cereali, o dolci, oppure

- siano di origine animale o vegetale, oppure
- costituiscano un possibile primo, o secondo, o contorno, o merenda, o frutta, oppure
- forniscano prevalentemente carboidrati, o proteine, o vitamine, o grassi,

eventualmente anche nel minor tempo possibile. I bambini più grandi hanno imparato a riconoscere il risultato migliore tenuto conto di entrambe i fattori tempo e correttezza, attribuendo un certo numero di punti a chi ha compiuto l'operazione più rapidamente, ma anche 1 punto per ogni carta inserita nel gruppo giusto.



In altri giochi l'insegnante o un bambino (o una coppia di bambini) chiede ai compagni di indovinare la carta pescata sulla base della sillaba o della lettera iniziale della pietanza/del cibo di cui si tratta, dando eventualmente altri "indizi" (informazioni sui gruppi, indicati sopra, in cui è compresa la pietanza/cibo da indovinare).

Ancora, realizzando anche dei cartoncini con i soli nomi delle pietanze, le carte sono state utilizzate per giocare a tombola.



Questi giochi, oltre a rinforzare nei bambini l'apprendimento di alcuni concetti relativi all'alimentazione, sono stati volti ad allenare e migliorare le loro competenze sociali, cognitive generali, logico-matematiche, linguistiche.

Si tratta infatti di attività di gruppi di bambini, che interagiscono sulla base di regole codificate e condivise –sia che ci sia cooperazione tra compagni sia che ci sia anche una competizione tra loro-, e quindi educano anzitutto al rispetto degli altri.

Sono inoltre occasioni per i bambini di:

- partecipare a continui scambi comunicativi attraverso semplici messaggi, rispettando il proprio turno,
- fare esperienze coi numeri (sia cardinali sia ordinali),
- sviluppare abilità metafonologiche e fare ipotesi sulla lingua scritta.