

Progetto: La merenda a scuola

Il progetto ha lo scopo di far conoscere agli alunni delle scuole primarie l'importanza di una sana merenda, comprendendo a fondo come debba essere costruita, sia in termini qualitativi che quantitativi.

Il progetto si sviluppa in due parti:

- **Prima parte**

Il dietista o biologo nutrizionista spiegherà ai bambini l'importanza di una sana alimentazione e di una sana merenda tramite lezioni teoriche o giochi pratici che coinvolgano gli studenti.

- **Seconda parte**

Gli studenti potranno finalmente gustare una sana merenda, bilanciata dal dietista o biologo nutrizionista, così che abbiano un esempio da poter seguire anche a casa.

Per quanto riguarda la prima parte, lo scorso anno, è stata fatta una lezione frontale; perciò, quest'anno si opterà per un gioco.

Ogni classe dovrà selezionare da un cestino quali alimenti inserire in una merenda sana. In seguito il dietista o biologo nutrizionista valuterà le scelte, spiegando quali sono corrette, quali no e perché.

Tutto il progetto sarà svolto in refettorio.