

STORIE E FILASTROCCHE A BOCCA PIENA

INTRODUZIONE

Lo stretto legame che esiste tra alimentazione e salute rende necessario favorire, fin dalla tenera età, un'alimentazione sana ed equilibrata, anche attraverso specifici interventi educativi.

Le fiabe hanno molteplici finalità, quale quella di creare un mondo immaginario nel quale il bambino possa lasciarsi andare con la mente, sviluppare la fantasia, riconoscersi in alcuni personaggi, provare emozioni diverse. Attraverso le fiabe si apre il mondo interiore dei bambini, che è ricco di sentimenti e di emozioni spesso non conosciute, ma che attraverso il racconto si riescono a manifestare e rendere evidenti. Il simbolismo nelle favole è un elemento tra i più importanti, legato alla vita, alle regole, ai sacrifici, alla magia, all'amore e anche al cibo. Per questi motivi la fiaba viene utilizzata anche come strumento di educazione alimentare.

OBIETTIVI

I racconti con tematica riguardante la frutta e la verdura hanno i seguenti obiettivi principali:

- Denominare e riconoscere i vari tipi di frutta e verdura: scoprirne i colori, le forme e le grandezze;
- Conoscere la frutta e la verdura con l'utilizzo di tutti i sensi: imparare a riconoscerne la consistenza, il "rumore" che provocano, gli odori e i profumi che emanano, i gusti che rilasciano in bocca;
- Incoraggiare i bambini ad assaggiare varietà diverse di frutta e di verdura, anche quelle mai assaggiate, per superare il pregiudizio che porta a rifiutarne il loro consumo. Infatti, dopo averli incuriositi con le storie, i protagonisti (frutta e verdura impersonificati), appaiono più simpatici e amichevoli agli occhi dei bambini;
- Trasmettere ai bambini, in modo giocoso, qualche semplice concetto relativo al perché sia così importante consumare anche la frutta e la verdura, soprattutto in fase di crescita.

DESCRIZIONE

L'incontro si svolge in classe o nel refettorio, a gruppi di 20-25 bambini. Consiste nel raccontare una storia che ha come protagonisti la frutta o la verdura, al termine della quale vengono effettuati una serie di piccoli assaggi, che richiamano i protagonisti e i personaggi della storia appena narrata. La storia prevede lo svolgimento di vicende avventurose e divertenti dei protagonisti, con lo scopo di far associare ai bambini dei pensieri positivi rispetto al consumo di frutta e verdura.

Si inizia leggendo il titolo della prima storia e l'elenco dei suoi protagonisti, mostrandoli in diretta (frutta e verdura con faccine o fatte a scultura). Una volta terminata la lettura della storia, viene chiesto ai bambini di ricordare i nomi dei personaggi nominati durante la lettura perché... sorpresa!!! Verranno assaggiati e gustati insieme! Vengono quindi proposti degli assaggi e viene chiesto ai bambini di provare ad identificare il gusto e le sensazioni provate durante l'assaggio, attraverso l'utilizzo dei cinque sensi.

N.B: chiedere l'elenco dei bambini con allergie e intolleranze alimentari.

UTENZA

Scuola dell'infanzia, gruppo dei piccoli, adatto anche ai mezzani e ai grandi.

MATERIALE

- Storie e filastrocche relative a frutta e verdura (Peperone pilota di Formula 1, La fragola innamorata);
- Frutta e verdura (protagonisti delle storie) con faccine disegnate (se con buccia) o fatti a scultura (es. pinguino con melanzane);
- Assaggi di frutta o verdura nominati nelle storie;
- Piattini di plastica;
- Cucchiaini di plastica e guanti monouso;
- Tovaglioli di carta.

DURATA

n. 1 incontro di circa 1 ora, in classe o in refettorio

COLLABORAZIONE DEGLI INSEGNANTI

Per mantenere la buona condotta del gruppo.



COSTI

Costo del personale:

- 1 ora di spiegazione (addetto Educazione Alimentare/Dietista);
- 1 ora per preparazione alimenti e successiva pulizia;

Costo derrate:

- circa € 10 a gruppo

