

PROGETTO MENSA

MOMENTO QUOTIDIANO DEL PRANZO A SCUOLA

Il pranzo nella scuola rappresenta per i bambini un momento di crescita e di apprendimento durante il quale essi hanno la possibilità di maturare e sviluppare autonomia, autocontrollo, responsabilità e la propria identità.

E' importante avere un rapporto positivo con il cibo anche da un punto di vista emotivo –affettivo cosicchè i bambini riconoscano il momento del pranzo come momento felice, in cui ci si prende cura di loro, che dia loro tranquillità e riconoscimento e venga percepito come spazio sereno di convivialità, socializzazione e relazione.

Affinchè il pranzo si connoti come opportunità di apprendimento ed educazione e possa essere vissuto come esperienza di crescita, di sviluppo e di maturazione di competenze, è necessario che venga progettato e realizzato con piena intenzionalità educativa e strutturato con precise regole e attività.

L'importanza del momento della refezione è evidenziata nel Decreto Legge n. 104/2013, convertito nella Legge n. 128/2013 e in particolare nell'art. 4 in cui si pone particolare attenzione nel favorire lo sviluppo di una consapevolezza alimentare volta ad evitare rischi connessi ai disturbi del comportamento alimentare.

FINALITA'

Educare all'acquisizione di "buone pratiche" – igieniche, alimentari, relazionali – che favoriscano la "ri-creazione" degli alunni, cioè la continua ricerca di quelle condizioni di serenità, fondamentali per il raggiungimento del benessere personale.

OBIETTIVI TRASVERSALI

- Educazione civica – riferimenti all'igiene e alla salute
Educazione relazionale – riconoscimento dei ruoli e delle diversità
- Educazione comportamentale – assunzione e rispetto delle regole

OBIETTIVI GENERALI

- Promuovere costantemente il mantenimento di comportamenti corretti a tavola (consumare il cibo chiesto, usare adeguatamente posate, piatti bicchieri, tenere un tono di voce moderato, stare seduti in maniera composta, ...)
- Orientare all'ampliamento della gamma dei cibi assunti per **educare al gusto** e alla costruzione di una dieta il più possibile equilibrata in base al personale dispendio energetico
- Attivare atteggiamenti di ascolto, di conoscenza di sé, di relazione positiva nei confronti degli altri
- Interagire utilizzando le buone maniere
- Accettare e rispettare chi ci circonda, comprendendo le ragioni dei diversi comportamenti
- Apprendere il modo corretto di stare in gruppo, la funzione delle regole e dei ruoli
- Sviluppare le abilità sociali di autocontrollo e di autonomia

DESTINATARI

Tutti gli alunni della scuola primaria

ATTIVITÀ

Attività di educazione civica con particolare riguardo alla salute e all'alimentazione:

- cura dell'igiene personale (mani e indumenti, ...)
- assunzione di comportamenti corretti a tavola (postura, masticazione, utilizzo adeguato di posate, piatti, bicchieri...) costruzione di gusti alimentari equilibrati funzionali alla crescita (variazione dei cibi assunti...)