

## **Plesso e Area Disciplinare di destinazione (Umanistica, Scientifica, Linguistica, Artistica-Musicale)**

Plesso Primaria.

Area Umanistica, Scientifica, Artistica.

### **Titolo**

ALIMENT-AZIONE, progetto di sport e sana alimentazione.

### **Sintesi del Progetto (max 170 parole) da pubblicare sul sito d'Istituto**

Partendo dalle abilità motorie e passando alle abilità tecniche, si è parlato dell'approccio adeguato che deve avere il bambino nell'affrontare uno sport di squadra come il calcio. L'importanza della serenità e del divertimento, senza l'exasperazione del raggiungimento del risultato, ma tramite questi valori, avere l'obiettivo della propria crescita individuale e successivamente di una crescita di gruppo. Si è parlato poi delle regole del giuoco e della necessità che, chi pratica uno sport, abbia una corretta e sana alimentazione. Si cerca di sensibilizzare i bambini ad avere un'alimentazione varia, naturale ed equilibrata.

La conoscenza dei gruppi di alimenti e delle loro proprietà porterà i bambini ad avere uno stile di vita sano e sostenibile e un modo più salutare di approcciarsi al cibo.

### **Descrizione del Progetto**

- Obiettivi didattici:
  - Conoscere le fasi dello sviluppo motorio, le abilità tecniche del giuoco del calcio, le regole principali ed i giusti comportamenti da mettere in atto.
  - Comprendere lo stretto legame tra alimentazione e sport
  - Conoscere i principi fondamentali di una sana alimentazione ai fini di una crescita armonica ed equilibrata
  - Conoscere la tipologia degli alimenti, il valore nutrizionale e la funzione di un cibo (piramide alimentare)
- Descrizione di dettaglio

Il progetto è rivolto a tutti gli alunni delle classi quarte della scuola Primaria (tot.65 alunni). Il progetto prevede il supporto di esperti.

L'intero progetto ha durata annuale, da ottobre a maggio.

Per poter attuare le attività si utilizzeranno schede operative, supporti visivi (presentazioni in Power Point e filmati Youtube) e materiale cartaceo esplicativo.

Le attività saranno documentate con la realizzazione di cartelloni e modellini 3D.

- Modalità di misurazione dei risultati

Dopo una iniziale osservazione sulle competenze degli alunni all'interno delle classi, si passerà alla valutazione in itinere degli obiettivi e delle abilità acquisite dai singoli alunni e dal gruppo classe con la somministrazione di schede operative, letture, discussioni e lavori di gruppo.

- Ripetibilità del progetto da parte di altri docenti

Il progetto si presta a essere ripreso da altri docenti per approfondimenti o lavori multidisciplinari.

- Fasi di realizzazione

Il progetto prevede una fase iniziale con incontri di gruppo per introdurre le fasi dello sviluppo e dell'apprendimento motorio, le principali abilità tecniche del calcio, le regole e l'importanza dei giusti comportamenti di Fair Play. Inoltre, i principi di una vita e di un'alimentazione sana in relazione con l'attività sportiva. Successivamente si lavorerà in classe per approfondire i temi trattati tramite lezioni frontali e attività di gruppo. Infine, i materiali prodotti saranno esposti durante la mostra di fine anno.

- Risorse umane ed economiche previste per la realizzazione

Sono previsti incontri con specialisti.