

## **PROGETTO “La Prima Colazione che Bella Invenzione”**

Dai dati di letteratura, gli interventi efficaci di prevenzione dell'obesità devono puntare soprattutto alla corretta ripartizione dei pasti nella giornata. L'importanza di ripartire i pasti durante la giornata e consumare quindi una prima colazione corretta per qualità e quantità è un obiettivo educativo da perseguire.

La scuola primaria è un ambito privilegiato di intervento per il ruolo che essa svolge come “agenzia educativa” e per la possibilità di avvicinare su questo tema allievi e genitori in una fascia d'età suscettibile di cambiamenti nello stile di alimentazione.

Gli interventi nelle scuole vengono quindi concordati con gli insegnanti che ne fanno richiesta.

Il modello educativo seguito in questo progetto, (modello della ricerca-azione e teoria del cambiamento sociale di Bandura ) si sviluppa nei punti seguenti:

- gli insegnanti contribuiscono alla progettazione e alla realizzazione del progetto.
- I genitori sono coinvolti nel progetto.
- I bambini /ragazzi partecipano attivamente svolgendo le attività proposte
- Si sperimenta quanto appreso attraverso un cambiamento concreto di abitudini

FASI di SVILUPPO:

- Incontro con gli insegnanti di formazione/informazione
- Attività svolte dagli insegnanti nelle classi sul tema del cibo e indagine sulle abitudini alimentari degli allievi (cosa mangi? Cosa mangeresti?).
- Attività svolta dalla dietista nelle classi utilizzando una fiaba costruita sul tema del cibo e della prima colazione
- Incontro con i genitori
- Consumo della prima colazione a scuola organizzata dagli insegnanti, con gli alimenti “raccomandabili” concordati con la dietista: agli alunni si propone di assaggiare anche cibi che abitualmente non mangiano o che a loro sono sconosciuti.

In quest'ultima fase sono spesso coinvolti i produttori locali che forniscono le materie prime per la colazione.

## **VALUTAZIONE DI PROCESSO**

Come primo punto di forza del processo progettuale possiamo individuare la conoscenza e l'efficace collaborazione tra la Scuola e la SSNutrizione.

- Indicatore: adesione al progetto proposto.

Partecipazione attiva delle insegnanti che aderiscono al progetto.

- Indicatore quantitativo: presenza alla riunione di formazione/informazione

Partecipazione attiva degli allievi.

- Indicatore qualitativo (osservazione): attenzione dimostrata durante l'intero percorso progettuale.

Partecipazione dei genitori all'incontro.

- Indicatore quantitativo: % di genitori presenti rispetto agli invitati.

Partecipazione alla Prima Colazione a Scuola.

Indicatore qualitativo (osservazione): attenzione dimostrata dagli allievi all'evento, anche rispetto agli alimenti "nuovi" proposti.

## **VALUTAZIONE DEI RISULTATI**

Aumento delle conoscenze.

- Indicatore : acquisizione di informazioni corrette valutabili dalle insegnanti attraverso l'attività didattica svolta nell'anno scolastico.

Acquisizione/Consolidamento dell'abitudine alla Prima Colazione.

- Indicatore: indagine da sviluppare negli anni successivi all'intervento (comunque nel corso del ciclo della scuola primaria ) attraverso un semplice questionario da somministrare a un campione di allievi che avevano partecipato all'intervento.