

## PROGETTO DI PLESSO INSERITO ALL'INTERNO DEL PROGETTO DI ISTITUTO " LA SETTIMANA DELLA SCIENZA"

Il Progetto "**UNA MELA AL GIORNO TOGLIE IL MEDICO DI TORNO**", ha come obiettivo principale far acquisire ai bambini una corretta educazione alimentare e un sano stile di vita, nel rispetto del proprio corpo e delle relazioni con l'ambiente. Una qualità della vita, dunque, che i bambini possono raggiungere attraverso la loro partecipazione attiva ed il loro coinvolgimento in un percorso di esperienze, che li guida a conoscere il valore del cibo, inteso come nutrimento per il corpo, e insieme il piacere di gustarlo.

Riflettere sull'alimentazione già a partire dai tre anni, oltre che stimolare i bambini a prendere confidenza con cibi che vengono spesso rifiutati e a capire l'importanza di quanto mettiamo nel piatto per una crescita sana, offre lo spunto per aprirli alla scoperta del mondo naturale e del nostro territorio. Il bambino si abitua a conoscere i ritmi della natura, gli alimenti, la loro provenienza, le loro proprietà nutritive e i processi di trasformazione, favorendo la conoscenza e la scelta di comportamenti alimentari sani e consapevoli come strumento di benessere.















