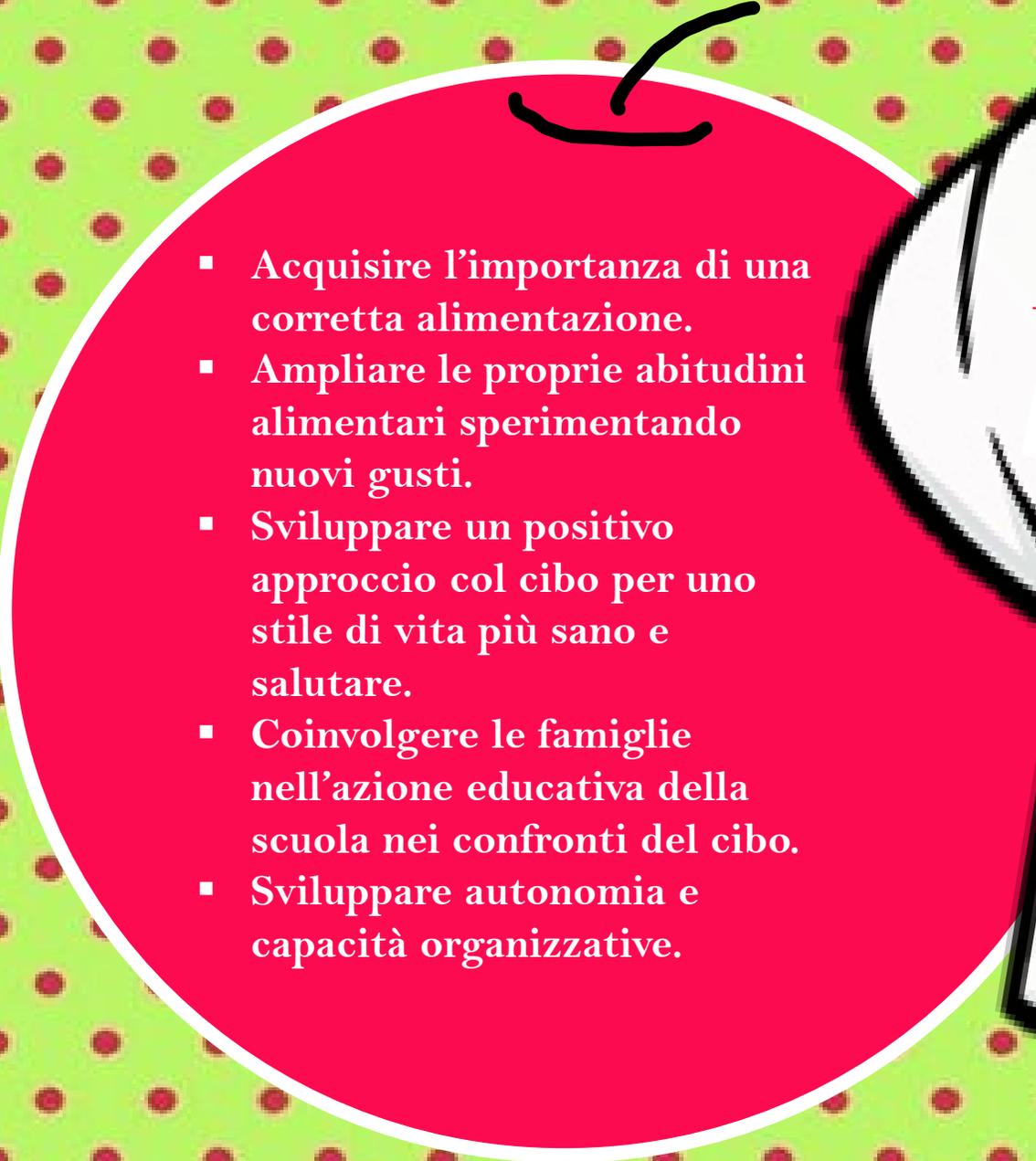
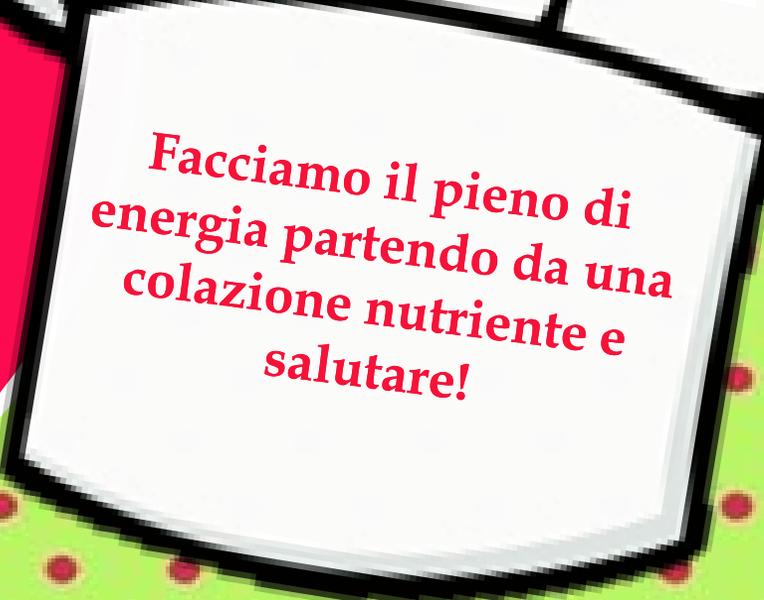


- 
- Acquisire l'importanza di una corretta alimentazione.
 - Ampliare le proprie abitudini alimentari sperimentando nuovi gusti.
 - Sviluppare un positivo approccio col cibo per uno stile di vita più sano e salutare.
 - Coinvolgere le famiglie nell'azione educativa della scuola nei confronti del cibo.
 - Sviluppare autonomia e capacità organizzative.



**PERCORSO DIDATTICO
SULLA SANA
ALIMENTAZIONE**



**Facciamo il pieno di
energia partendo da una
colazione nutriente e
salutare!**

RACCONTO «SALTA LA CORDA...NON LA COLAZIONE»

La sera non ho mai sonno, vorrei giocare fino a notte fonda e al mattino non vorrei mai alzarmi dal letto. La mamma mi chiama più volte, ma io faccio finta di non sentire e rimango al calduccio sotto le coperte.

Al risveglio sono stanco e faccio tutto svogliatamente: lavarmi, vestirmi, mangiare...

Preferirei non dover fare colazione ma la mamma mi dice di non fare capricci perché la colazione è molto importante, mi dà la carica per affrontare la giornata. Mi prepara il latte con i biscotti o con i cereali, il pane tostato con la marmellata, lo yogurt con la frutta fresca e spesso anche una buona spremuta di arance.

La domenica per colazione, la mia mamma mi prepara sempre una torta con la frutta, perché dice che è molto più salutare delle merendine comprate... ma come al solito mi spetta solo una fetta.



LABORATORIO DI CUCINA
«GUSTO E SALUTE»



Tutorial

Plumcake alle fragole

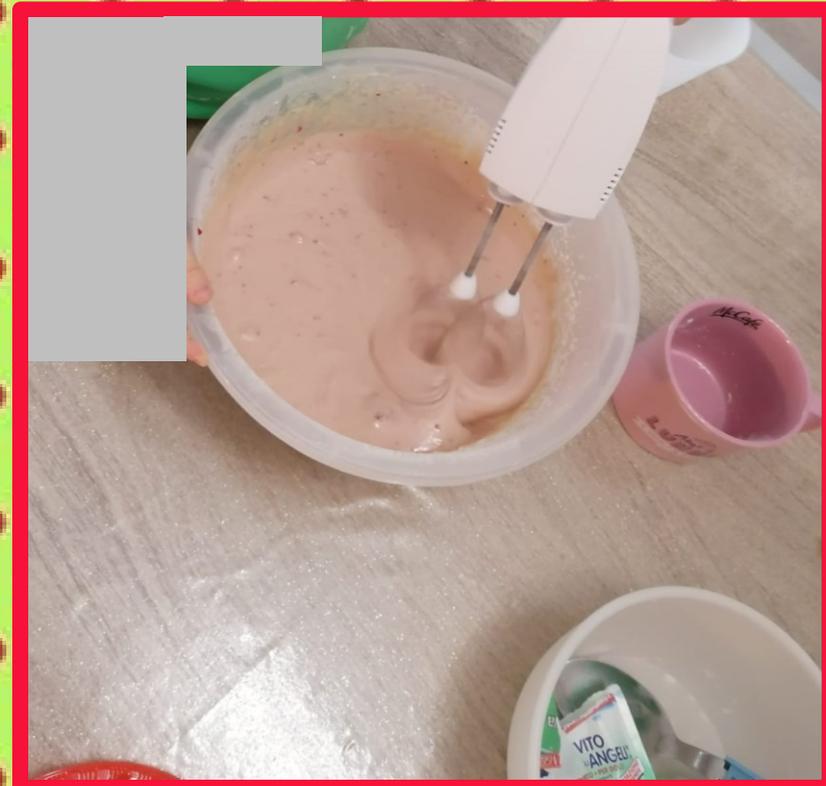


Per guardare il video:
cliccare sul link



<https://drive.google.com/open?id=1dtgz64U7fw8WFqOLaT1nt-z8SokZ7mzz>

«PICCOLI CHEF ALL'OPERA»



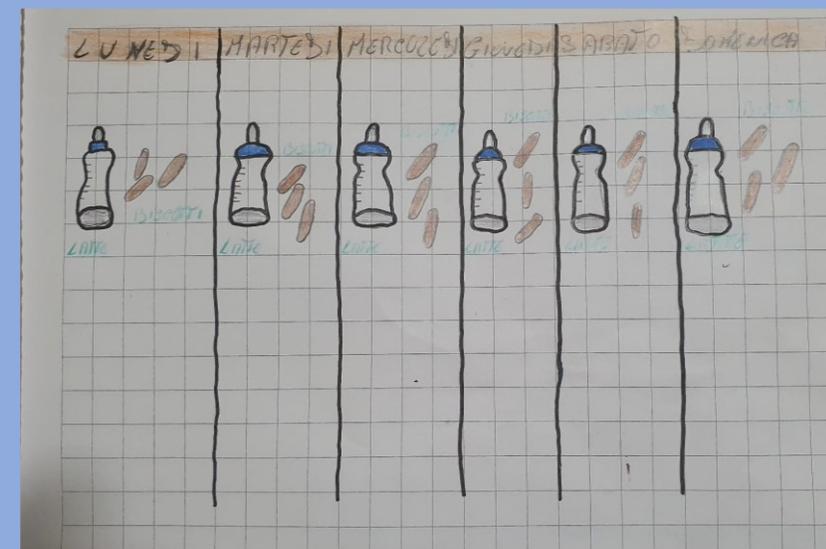


«LE CREAZIONI DEI
PICCOLI SHEF»



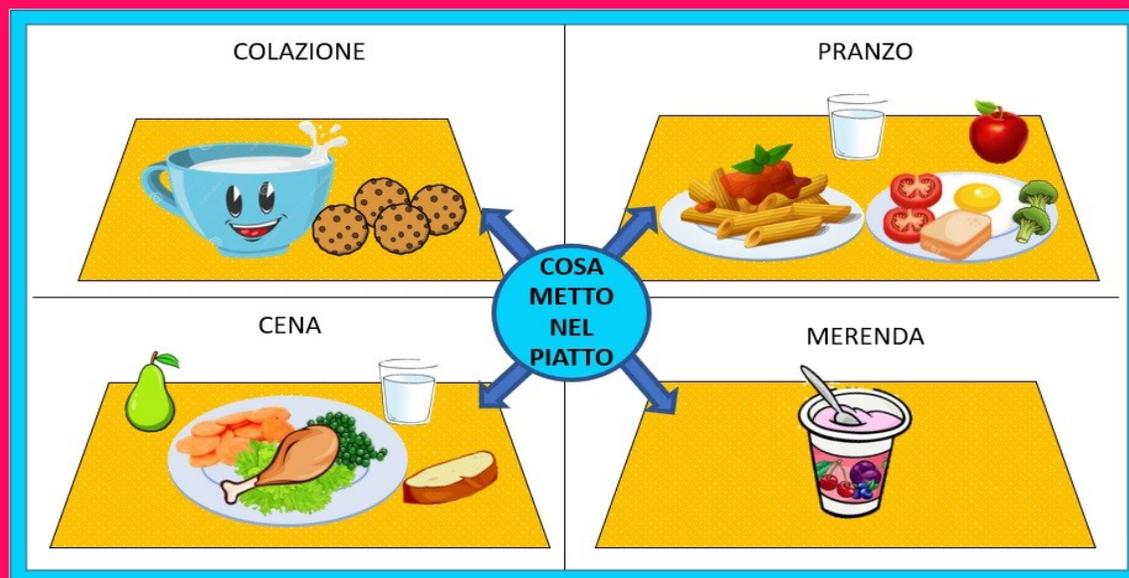
ATTIVITÀ: Registra nella tabella settimanale quello che hai mangiato a colazione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA



ATTIVITÀ

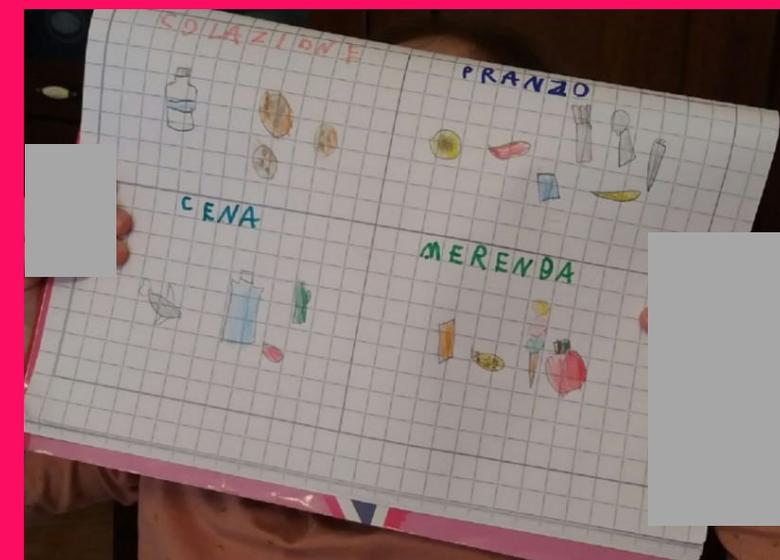
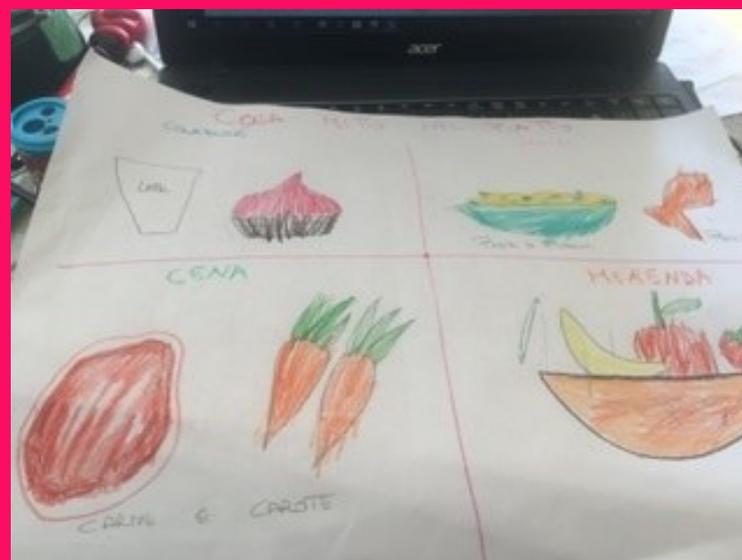
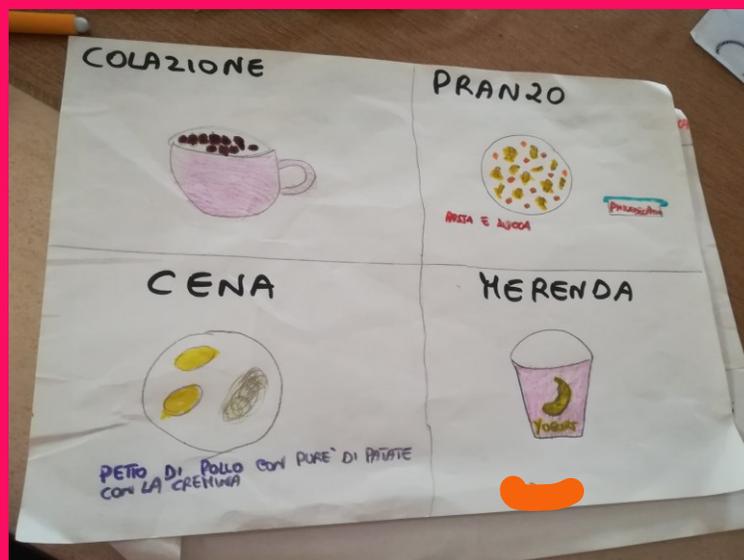
I pasti principali della giornata



Per guardare il video:
cliccare sul link



<https://drive.google.com/file/d/1k7Ec8YdNxUUYz1eopDa5MFEkpOe3fEdH/view?usp=sharing>



**IDEE CREATIVE DEI
NOSTRI PICCOLI CHEF
PER UNA MERENDA
SALUTARE**

