

## PON Competenze di base

### “Pancia mia fatti capanna!... per una corretta alimentazione”

Gentili genitori,

nell'ambito del progetto finanziato PON *Competenze di base*, la scuola Antonelli propone un corso di scienze completamente gratuito per le famiglie, dal titolo “**Pancia mia fatti capanna!... per una corretta alimentazione**”.

L'obiettivo di questo modulo è quello di rendere gli allievi competenti e consapevoli sul tema fondamentale dell'alimentazione. Il modulo avrà carattere interdisciplinare e permetterà anche l'utilizzo di strumenti digitali per la ricerca e la presentazione dei dati raccolti. Farà parte integrante del percorso la mensa: la riflessione sui propri comportamenti alimentari sarà facilitata dalla condivisione del pasto con compagni, docenti e tutor.

Il percorso prenderà le mosse da un'indagine sulle abitudini di ciascun allievo tramite la compilazione di questionari e tabelle nelle quali registrare il tipo e il quantitativo di alimenti consumati a casa e a scuola. In una fase successiva si lavorerà in modalità cooperativa in piccoli gruppi o squadre. Gli allievi saranno invitati a cercare informazioni sui principi nutritivi, sulla piramide alimentare e sulla corretta alimentazione secondo le linee guida dei nutrizionisti, a leggere le etichette dei cibi assunti e ad analizzare le tabelle nutrizionali per calcolare le calorie contenute in ciascun alimento. Si passerà alla realizzazione in modalità cooperativa di una spesa consapevole che avrà come obiettivo la definizione di alcuni criteri condivisi di scelta degli alimenti: a partire dalla lettura delle etichette, e dal confronto delle informazioni riportate gli allievi saranno in grado di effettuare delle scelte. L'attenzione sarà anche indirizzata all'analisi delle confezioni e degli imballaggi a introduzione del concetto di impronta ecologica e quindi alla piramide capovolta dei consumi.

Il corso, tenuto da docenti della scuola Antonelli, è aperto a tutte le allieve e a tutti gli allievi della scuola e sarà organizzato in dieci incontri pomeridiani da tre ore ciascuno per un totale di 30 ore. Gli incontri si svolgeranno al giovedì pomeriggio con orario 15-18. La partecipazione attiva degli allievi sarà favorita da una modalità di lavoro basata su attività di tipo pratico.

Il PON offre gratuitamente anche il pranzo come momento formativo nella fascia oraria 14-15.

#### Calendario indicativo degli incontri

Modulo “Pancia mia fatti capanna!”	Data Orario 15-18	
	<b>Ottobre</b>	<b>Novembre</b>
<b>Scienze</b>		
	Giovedì 3 ottobre 2019	Giovedì 7 novembre 2019
	Giovedì 10 ottobre 2019	Giovedì 14 novembre 2019
	Giovedì 17 ottobre 2019	Giovedì 21 novembre 2019
	Giovedì 24 ottobre 2019	Giovedì 28 novembre 2019
	Giovedì 31 ottobre 2019	Giovedì 5 dicembre 2019

Alle famiglie che intendono aderire, è richiesto di impegnarsi a garantire la partecipazione della/del propria figlia/o a tutti gli incontri: è **necessario e indispensabile assumersi l'impegno a una frequenza costante e assidua**, anche in rispetto del fatto che **il numero dei posti è limitato al massimo a 25 persone** e in caso di un numero superiore di richieste, non tutti potranno partecipare. Il numero minimo di allievi richiesto è 20: al di sotto di questo numero la scuola non potrà attivare il corso.

Per richiedere l'adesione al corso “Pancia mia fatti capanna!” è necessario compilare entro il **18 settembre 2019** il questionario reperibile al link sottostante:

<https://forms.gle/p8foMFM6tzPoA71b9>

In caso di esubero si procederà a formulare una graduatoria che terrà conto delle valutazioni riportate sulla scheda di valutazione del precedente anno scolastico. La graduatoria sarà resa nota entro il **25 settembre 2019**.

Le famiglie degli allievi che saranno stati ammessi, riceveranno indicazioni per completare l'iscrizione. Prima dell'inizio effettivo del corso, sarà loro richiesta la fotocopia dei documenti di identità con la Liberatoria per la privacy.

Per qualsiasi dubbio o informazione è possibile fare riferimento alla prof.ssa Fiori o al prof. Spoer.