

Scuola secondaria di primo grado “ PRIMO LEVI” SASSUOLO

PROGETTO “ PAESAGGI DI PREVENZIONE” anno scolastico 2010-11

<u>DISCIPLINE ,DOCENTI eCLASSI COINVOLTE</u>
<ul style="list-style-type: none">• Lettere: M.Cristina Partesotti (2^B), Maria Franzoni(2^C) Paola Savigni(2^H), Rosangela Bonacini(2^I)• Matematica e Scienze: Monica Laritonda(2^B), Alessandra Gazzotti(2^C) Camilla Moscardini(2^H), Cesarina Mazza(2^I)• Lingua Inglese: Gianfranca Vitali (2^B-2^C) Patrizia Errico (2^H), Antonina Di Cristofalo(2^I)• Lingua Francese: Isabella D’Amico(2^B), Paola Stefani(2^C) Carla Previdi(2^H), Elisabetta Melli Cremonini(2^I)• Educazione Tecnica: Maria Simone(2^B), Giliola Ghirardelli(2^C) Gianfranco De Luca(2^H), Giovanni Gennari(2^I)• Educazione Artistica: Gabriella Cosmi(2^B), Emanuela Lusuardi(2^C) Andrea Palamà(2^H)

<u>AREE TEMATICHE SCELTE:</u>

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Salute e stili di vita• Alimentazione |
|--|

<u>COMPETENZE TRASVERSALI</u>

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none">• <u>Capacità di prendere decisioni</u>: competenza che aiuta ad affrontare in modo costruttivo il rapporto con i processi decisionali nei vari momenti della vita, valutando le diverse opzioni e le conseguenze delle scelte possibili.• <u>Comunicazione efficace</u>: sapersi esprimere ,sia sul piano verbale che non verbale , con modalità appropriate rispetto alla cultura e alle situazioni. Essere quindi capaci di manifestare opinioni e desideri, bisogni e paure, di chiedere aiuto e consiglio in caso di necessità.• <u>Uso del DVD “Paesaggi di Prevenzione”</u> |
|--|

<u>OBIETTIVI DELLE DISCIPLINE</u>
--

<u>ITALIANO STORIA GEOGRAFIA</u>

- | |
|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Analisi dei messaggi pubblicitari |
|---|

- Produzione di messaggi pubblicitari
- Produzione di testi legati all'attività svolta in classe
- Comprensione delle cause del cambiamento delle abitudini alimentari nel tempo
- Conoscenza di differenti abitudini alimentari in Paesi diversi

MATEMATICA E SCIENZE

- Conoscenza dell'anatomia e della fisiologia dell'apparato digerente
- Conoscenza dei principi nutritivi
- Conoscenza delle principali malattie legate all'alimentazione
- Lettura e comprensione delle etichette negli alimenti confezionati
- Conoscenza e Comprensione del concetto di metabolismo e metabolismo basale, fabbisogno energetico e valore energetico.

EDUCAZIONE TECNICA

- Realizzazione del manifesto come prodotto finale dell'attività sul DVD
- Lettura dell'etichetta dei cibi
- Cause dell'alterazione degli alimenti
- Metodi di conservazione
- Cenni su OGM, DOP, DGP e "biologico"
- Produzione di una "Presentazione in Power Point (interattiva)" che raccolga i prodotti finali (Manifesti) dei ragazzi.

EDUCAZIONE ARTISTICA

- Esecuzione di elaborati tratti da testi e dalla galleria di immagini: "il cibo nell'arte" del DVD.
- Produzione di campagne pubblicitarie mirate a incrementare il consumo di certi alimenti nella popolazione

INGLESE E FRANCESE

- Conoscenza delle abitudini e delle tradizioni alimentari nei paesi stranieri
- Lettura di testi sul valore simbolico e metaforico del cibo
- Produzione di cartelloni di presentazione dell'attività svolta
- Esecuzione di ricette di cibi tradizionali.

METODOLOGIE

- Brain storming
- Lezione frontale
- Realizzazione di un "BUFFET EDUCATIVO"
- Uso del DVD "Paesaggi di Prevenzione"
- Lavoro di gruppo

STRUMENTI

- DVD “Paesaggi di Prevenzione”
- LIM
- Libri di testo
- “EDO”: Schede interattive di educazione alimentare.

VERIFICHE

- Questionario di monitoraggio iniziale dell'attività
- Verifica intermedia volta a misurare l'acquisizione di alcuni contenuti (a cura delle docenti di scienze)
- Esecuzione di due Temi scelti tra quattro da svolgersi uno a scuola e uno a casa (a cura delle docenti di lettere)
- Verifica sommativa volta a misurare le conoscenze e le competenze acquisite nell'esecuzione del progetto (a cura delle docenti di scienze)
- Esecuzione di elaborati di educazione artistica a scopo pubblicitario e copie di quadri famosi che ritraggono cibi (IL CIBO NELL'ARTE)
- Realizzazione di ETICHETTE di alimenti (a cura delle docenti di educazione artistica). Verranno valutate in base a completezza e precisione dell'informazione e creatività nella scelta.
- Esecuzione del MANIFESTO pubblicitario (a cura delle docenti di educazione tecnica)
- Realizzazione di una presentazione interattiva in Power Point (a cura dell'insegnante di educazione artistica)
- Realizzazione di cartelloni di presentazione in lingua francese e

inglese.

- Realizzazione di un “BUFFET EDUCATIVO” costituito da “PIATTI” di carta colorata VERDI (PIATTI: “VAI”) , GIALLI (PIATTI:” ATTENTI”) , ROSSI (PIATTI:” STOP”) sui quali i ragazzi incolleranno ritagli di giornale raffiguranti cibi diversi scelti opportunamente tra una grande varietà di alimenti diversi per quantità e qualità. Ogni ragazzo dopo aver completato sia il piatto verde che quello giallo che quello rosso,verrà valutato.
- Questionario di monitoraggio finale dell’attività

TEMPI

La durata del progetto per tutte le discipline è: da gennaio ad aprile

LE FASI DEL LAVORO

- Presentazione dell’attività e del DVD alle classi ed esecuzione del questionario:”dimmi come mangi e ti dirò chi sei”.
- IN SALUTE E STILI DI VITA:
 1. Scelta del Percorso: “LA SALUTE E I SUOI DETERMINANTI”
 2. Brain storming : Stare bene/Stare male
 3. Lettura di Ppt :” il concetto di salute” con spiegazione discussione e approfondimenti teorici
 4. Scheda: “Libere associazioni”
 5. Scheda:”Percorsi associativi cognitivi e affettivi”
 6. Da Proposte Operative il test:”Valutazione dello stress personale” con riflessioni e schemi sul quaderno

- **IN ALIMENTAZIONE:**

1. **Scelta del percorso didattico:”impariamo a stare bene mangiando”**
2. **Anatomia e fisiologia dell’apparato digerente**
3. **I principi nutritivi negli alimenti**
4. **Piramidi alimentari nel mondo**
5. **Principali malattie legate all’alimentazione**
6. **Individuazione dei cibi dei quali promuovere il consumo**
7. **Attività di costruzione di comportamenti alimentari corretti**
8. **Interventi dell’esperto del CEA(centro di educazione ambientale)per la realizzazione del progetto :”Il laboratorio del gusto”;(si allega copia del questionario utilizzato durante l’attività).**
9. **Prevenzione e alimentazione**
10. **Alterazione e conservazione dei cibi**
11. **La salute alimentare**
12. **Elaborazione del Manifesto**
13. **Le abitudini alimentari in Francia e in Inghilterra**
14. **Il cibo nell’arte**
15. **Il “ Buffet Educativo”**

Vengono di seguito allegate le copie delle verifiche effettuate .

VERIFICA INTERMEDIA scienze

U n a volta ingeriti ,gli alimenti subiscono una trasformazione meccanica e chimica che permette al nostro organismo di

ricavarne
.....

.....
.....
.....
.....

Gli alimenti contengono le stesse sostanze di cui è formato il nostro organismo?

Il nostro metabolismo dà origine a scorie in quale fase?

Quali sono i principi nutritivi contenuti negli alimenti e che funzione hanno?

Quali sono i grassi di origine animale e quelli di origine vegetale che conosci .

I grassi sono solubili in acqua?

Perché i grassi consumati in giuste quantità sono importantissimi nella nostra dieta?

Quale importantissima funzione svolgono le fibre nella dieta? E in quali alimenti le troviamo?

Scrivi per ogni alimento un principio nutritivo contenuto ,secondo te, in maggiore quantità:
zampone,bistecca,uova,burro,pesce,insalata,pere,formaggio,latte intero, patate, mais,
riso,tortellini,biscotti,cioccolatini,mozzarelle,marmellata,pizza, fette biscottate,yogurt,pane,pasta.

Quali sono i principali determinanti della salute. E tra quelli che ricordi ,quali sono modificabili e quali no.

Quali, tra i prodotti presi in considerazione nella scorsa lezione , ti hanno colpito negativamente . Motiva la risposta almeno per due prodotti.

VERIFICA SOMMATIVA SCIENZE PARTE A

Foglio 1

Ti viene di seguito proposto l'elenco degli ingredienti di due prodotti alimentari in commercio:

PRODOTTO A

- Farina di frumento integrale 40%
- Flocchi d'avena 25%
- Zucchero di canna grezzo
- Olio di mais 14 %
- Fibra di avena
- Sciroppo di glucosio fruttosio
- Agenti lievitanti

PRODOTTO B

- Farina di frumento
- uova
- Grassi vegetali non idrogenati
- Zucchero
- Zucchero in cristalli di copertura 3,7%
- Agenti lievitanti
- Latte fresco intero pastorizzato
- Sciroppo di glucosio
- Amido di frumento
- Aroma vanillina

DI QUALI PRODOTTI POTREBBE TRATTARSI?

Motiva la risposta spiegando le ragioni della tua idea.

QUALI DIFFERENZE NOTI TRA GLI INGREDIENTI DEI DUE PRODOTTI?

Foglio2

LE DIFFERENZE CHE HA EVIDENZIATO INFLUISCONO SULLA DIETA?
PERCHÉ?

HA IL'ABITUDINE DI CONSUMARE PRODOTTI DI **TIPO A**?

Se la risposta è sì allora indica quali sono e le ragioni per cui li mangi abitualmente ,e se invece la risposta è no pensa ad almeno due motivi validi per iniziare a farlo scrivili.

HA IL'ABITUDINE DI CONSUMARE PRODOTTI DI **TIPO B**?

Se la risposta è sì allora indica quali sono e le ragioni per cui li mangi abitualmente,e se invece la risposta è no pensa ad almeno due buoni motivi per iniziare a farlo scrivili.

SE LA CONOSCENZA DI MALATTIE CHE POTREBBERO PRECLUDERE IL
CONSUMO DI QUESTI PRODOTTI ALIMENTARI? QUALI E PERCHÉ?

DOPO AVER RIFLETTUTO PENSA A QUALE DEI DUE PRODOTTI
SCEGLIERE STORA PER LA TUA DIETA QUOTIDIANA E MOTIVA LA TUA
SCELTA (indicando le ragioni della tua preferenza).

IL COSTO DEI DUE PRODOTTI È IL SEGUENTE

- TIPO A : € 3,20
- TIPO B : € 2,80

IL COSTO INFLUENZA IL CONSUMO?

FOGLIO 3

SCEGLIERESTI ANCORA LO STESSO PRODOTTO?

Ora considera gli ingredienti del seguente prodotto alimentare:

- 1 kg farina di grano tenero tipo 0
- 250g di battuto di lardo
- R i tagli di prosciutto, pancetta, ciccioli
- U n cucchiaio di sale fino
- U n cucchiaino di zucchero semolato
- A genti lievitanti

Q U A L E P R O D O T T O P O T R E B B E E S S E R E ? motiva le ragioni della tua idea

SCEGLI TRA GLI AMICI CHE HAI, UNO CON CARATTERISTICHE FISICHE E ABITUDINI (CHE DEVI scrivere) E TROVA ALMENO TRE MOTIVI CONVINCENTI PER **DISSUADERLO DAL MANGIARE**

(convincerlo a non mangiare più) Q U O T I D I A N A M E N T E, A M E R E N D A U N A P O R Z I O N E D I Q U E S T O C I B O .

Verifica sommativa scienze (classe 2^B)

IL BUFFET EDUCATIVO

- Vengono raccolti numerosissimi ritagli raffiguranti cibi di varia natura
- Si distribuiscono ad ogni alunno 3 piatti di carta di diversi colori e precisamente: rossi (ad indicare :”PIATTI STOP!”) gialli(ad indicare:” PIATTI ATTENTO!”) verdi(ad indicare:” PIATTI VAI!”)
- In ogni piatto l’alunno deve scegliere e incollare una composizione di ALMENO DUE ritagli che ritraggano cibi che rispondano al comando.
- La classe valuta in seguito le singole scelte ,approvandole e sostenendole, o criticandole , suggerendo le eventuali correzioni.

VERIFICA SOMMATIVA scienze / educazione artistica (classe 2^C)

Realizzazione pratica di un prodotto alimentare con ETICHETTA

La valutazione terrà conto di:

- Precisione
- Completezza
- creatività

VERIFICA SOMMATIVA ITALIANO

PAESAGGI DI PREVENZIONE

1. Fai una relazione sulla attività di studio relativa al progetto: "Paesaggi di Prevenzione". Partendo dal titolo abbi cura di definire:

- Gli obiettivi dell'attività;
- La metodologia e gli strumenti utilizzati;
- Le fasi del lavoro;
- Le conoscenze che hai acquisito.

Concludi il lavoro con alcune considerazioni personali

2. Caro Cioè,

Mi chiamo Carla e frequento la seconda media. Ti scrivo per chiederti di aiutarmi ad affrontare un serio problema: mi vedo molto grassa!!! Visto che tra

poco andrò al mare vorrei qualche consiglio per migliorare il mio aspetto fisico. Attendo con ansia la tua risposta!

Carla

Risposta: Cara Carla

(nella risposta gli esperti dovranno suggerire a Carla una dieta equilibrata che si adatti alla sua conformazione fisica, alla sua età e all'attività scolastica e sportiva che svolge. (Sarà utile offrire a Carla qualche consiglio per non farsi influenzare troppo dalle immagini di ragazze eccessivamente magre che appaiono sulle riviste di moda e nei programmi televisivi?).

3. Primo giorno

Caro diario,

oggi ho avuto una grande delusione: nella gara di nuoto sono arrivato ultimo!

Mi ero preparato con grande impegno e sforzo fisico e non capisco che cosa mi sia successo.

A metà vasca mi sono sentito quasi privo di forze.

Da che cosa potrà dipendere tutto ciò? Forse dal fatto che da un bel po' di tempo ho preso l'abitudine di fare una colazione molto frettolosa e quando torno a casa da scuola, visto che sono spesso da solo, mangio quello che trovo ... e anche molte "schifezze?"

Il giorno dopo

Caro diario, forse ho capito "che cosa non è andato bene". Oggi a scuola con la prof. di scienze abbiamo parlato dell'importanza di un'alimentazione corretta per noi ragazzi per affrontare bene l'impegno della giornata. Ecco che cosa ho capito

4. Due compagni di classe stanno preparando il cartellone conclusivo che dovrà illustrare il lavoro affrontato dal progetto : "Paesaggi di Prevenzione".

- Come lo organizzeranno?

- Che cosa dovrà essere messo particolarmente in evidenza attraverso colori,immagini,slogan per interessare i compagni e rendere utile a tutti il lavoro che hanno svolto?
- Costruisci un dialogo tra i due ragazzi da cui emergano le conoscenze che hanno acquisito.

VERIFICA SOMMATIVA SCIENZE PARTE B

Verifica ciò che sai

- Gli alimenti plastici:
 - forniscono l'energia necessaria per le reazioni del metabolismo V F
 - regolano lo svolgimento delle reazioni del metabolismo V F
 - accumulano sostanze utili nell'organismo V F
- Gli zuccheri si trovano in quantità più abbondante:
 - nella carne,nelle uova,nei formaggi V F
 - nel pesce ,nel burro nel latte V F
 - nel pane, nel riso ,nella frutta V F
 - nella frutta,nella verdura,nell'olio V F
- Una funzione delle vitamine è di:
 - fornire energia alle cellule V F
 - proteggere l'organismo dalle malattie V F
 - fornire Sali minerali V F
 - contribuire alla costruzione dei tessuti V F
- La digestione è il processo durante il quale:

- | | |
|---|-----|
| -gli alimenti vengono introdotti nell'organismo | V |
| F | |
| -le sostanze nutritive vengono assorbite dall'organismo | V |
| F | |
| -le molecole organiche contenute negli alimenti | |
| vengono trasformate in molecole più piccole | V |
| F | |
| -le molecole organiche contenute negli alimenti | |
| Vengono trasformate in molecole più grosse | V F |
| • La funzione della bile è quella di: | |
| -proteggere il fegato | V F |
| -suddividere i grassi in piccolissime gocce | V |
| F | |
| -Demolire i grassi in sostanze semplici | V |
| F | |
| -Lubrificare il cibo | V |
| F | |

Scrivi il termine corretto corrispondente alle seguenti definizioni, scegliendolo tra quelli qui di seguito elencati:

chilocaloria, fabbisogno energetico, metabolismo, valore energetico.

- Unità di misura che esprime il valore energetico di un alimento
- Quantità totale di energia di cui un organismo necessita nelle 24 ore per svolgere le sue attività

- Numero di calorie che si sviluppa durante la combustione di un alimento
- Insieme delle trasformazioni chimiche ed energetiche che avvengono in un organismo vivente

Il consumo dipende anche dall'attività.

attività	Consumo energetico	
	Orario (KCAL/h)	Al minuto(KCAL/min)
Nuoto	550	9,17
Passeggiata	170	2,83
Palestra	200	3,33
Studio	100	1,67
Sonno	60	1,00
Ciclismo	190	3,17
calcio	400	6,67

Ora ragioniamo

Una merendina di pan di Spagna fornisce 231 Kcal. In un'ora di tempo le consumerai nuotando?

Per pareggiare il bilancio quante Kcal devi introdurre?

Quante Kcal/min consumi nuotando?

In quanti minuti consumerai le Kcal assunte?

Se invece di questa merendina mangi una mela di 150g, sapendo che 100g di mela contengono 45 Kcal, per pareggiare il bilancio dovrai nuotare per circa:

- Un quarto d'ora
- Mezz'ora

- Cinque minuti

Rifletti e rispondi

- Dovendo affrontare un'intensa attività fisica, sarebbe consigliabile che tu mangiassi cibi ricchi di glucidi o di lipidi? Perché?
- Quando sei raffreddato avrai forse sentito la mamma consigliarti di mangiare arance. Perché?

Tabella per il monitoraggio dell'acquisizione delle competenze trasversali:

- Capacità di prendere decisioni valutando diverse opzioni e le conseguenze delle scelte possibili.

- Capacità di esprimersi con modalità appropriate rispetto alle conoscenze e alle situazioni.

Prova di scienze (parte A / parte B)

1-2-3		4-5-6	7-8-9	
Parte A	Maschi 7	-	5	2
	Femmin e 12	2	6	4
Parte B	Maschi 7	1	4	2
	Femmin e 12	2	6	4

1-2-3 : competenza non acquisita in modo sufficiente

4-5-6 :competenza parzialmente acquisita

7-8-9 : competenza acquisite