

Le UDA nascono all'interno del laboratorio **“Educare alla salute nella scuola primaria: laboratorio di UDA con il progetto AIRC nelle scuole”**, uno spazio di progettazione dedicato all'integrazione dell'educazione alla salute nella didattica: il laboratorio - a cura di Alessandra Frittelli di AIRC nelle scuole e con il contributo della professoressa Barbara Bocchi, docente di Didattica generale nel corso di laurea in Scienze della Formazione – Università degli Studi di Trieste - promuove la costruzione di percorsi didattici significativi, fondati sull'incontro tra ricerca scientifica, cittadinanza e cura di sé. L'attivazione del laboratorio e il dialogo con l'Università degli Studi di Trieste nascono nell'ambito del progetto AIRCampus, il programma AIRC dedicato al mondo dell'università, che favorisce il collegamento tra ricerca, formazione e didattica.

UDA realizzata da: Comuzzo Alessia, Macrì Sofia, Meta Nikol, Serafini Margherita

COMPETENZE CHIAVE EUROPEE E TRASVERSALI (LIFE SKILLS)

- **Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare:** riconoscere i propri bisogni, esprimere preferenze, partecipare a scelte collettive.
- **Consapevolezza ed espressione culturale:** competenza di apprezzare e valorizzare la cultura e l'espressione artistica.
- **Life skills:** decision making (scelte alimentari), self-awareness (consapevolezza di sé e dei propri gusti), creative thinking (collage, attività artistiche), problem solving semplice (classificare alimenti).

TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLA COMPETENZA

- **Il sé e l'altro:** Il bambino gioca in modo costruttivo e creativo con gli altri, sa argomentare, confrontarsi, sostenere le proprie ragioni con adulti e bambini. Sviluppa il senso dell'identità personale, percepisce le proprie esigenze e i propri sentimenti, sa esprimerli in modo sempre più adeguato.
- **I discorsi e le parole:** Il bambino usa la lingua italiana, arricchisce e precisa il proprio lessico, comprende parole e discorsi, fa ipotesi sui significati.
- **Immagini, suoni, colori:** Il bambino comunica, esprime emozioni, racconta, utilizzando le varie possibilità che il linguaggio del corpo consente. Inventa storie e sa esprimerle attraverso la drammatizzazione, il disegno, la pittura e altre attività manipolative; utilizza materiali e strumenti, tecniche espressive e creative; esplora le potenzialità offerte dalle tecnologie.

CURRICULO VERTICALE

L'UdA si collega ai nuclei tematici di **educazione alimentare e benessere**, presenti nel curriculum verticale dell'Istituto nell'area educazione alla salute e allo sviluppo armonico del corpo. Inoltre, promuove le prime forme di consapevolezza nelle scelte quotidiane e l'espressione grafica e manipolativa.

CAMPO DI ESPERIENZA E NUCLEI TEMATICI PREVALENTI

- **Immagini, suoni, colori:** rappresentazione artistica, collage, composizione.
- **Il sé e l'altro:** preferenze personali, vita di gruppo.
- **I discorsi e le parole:** conversazione, ascolto e dialogo; descrizione e arricchimento del linguaggio.

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- **Classificare** semplici alimenti distinguendo tra cibi che favoriscono il benessere quotidiano e cibi da consumare solo occasionalmente.
- **Rappresentare il proprio “piatto”** tramite collage utilizzando immagini e materiali adeguati.
- **Applicare le categorie alimentari** costruite dal gruppo durante giochi motori simbolici (ad esempio: il “semaforo degli alimenti”).



Sviluppo dell'Unità di Apprendimento

RICOGNIZIONE DELLE PRECONOSCENZE

Il docente propone un circle time strutturato con domande guida finalizzate a far emergere le conoscenze spontanee dei bambini e a orientare la progettazione didattica. Verranno presentate immagini di diversi alimenti e, attraverso domande come: “Quali cibi conoscete?”, “Quali vi piacciono?”, “Secondo voi quali fanno bene?”, i bambini potranno condividere le loro idee, esperienze e preferenze.

DESCRIZIONE GENERALE: REALIZZAZIONE DELLE FASI DEL PROGETTO

L'intervento si basa su un approccio didattico centrato sulle attività, in cui i bambini apprendono principalmente attraverso “il fare”. Le proposte sono pensate per coinvolgerli in modo diretto, attraverso esperienze concrete come giochi, attività manuali, momenti di conversazione e attività espressive. In questo modo i bambini possono esplorare gli alimenti, riconoscerli e iniziare a organizzarli in semplici categorie. Le attività favoriscono anche il confronto tra pari e la partecipazione attiva, permettendo a ciascuno di esprimere le proprie idee e di costruire gradualmente una maggiore consapevolezza.

- **Circle time e classificazione immagini alimenti**
- **Collage del proprio piatto**
- **Costruzione del piatto della sezione**
- **Attività artistica ispirata ad Arcimboldo**
- **Gioco motorio “semaforo degli alimenti”**



AZIONI PREVISTE A FAVORE DELL'INCLUSIONE IN CLASSE

In classe si intende promuovere un ambiente accogliente e rispettoso delle diversità, valorizzando le caratteristiche e le abilità di ciascun bambino. Le azioni previste comprendono:

- **Attenzione alla partecipazione di tutti:** favorire il coinvolgimento attivo di ogni bambino nelle attività, rispettando tempi, ritmi e modalità di apprendimento differenti.
- **Uso di strategie differenziate:** proporre materiali e strumenti vari (visivi, tattili, uditivi) per facilitare l'accesso ai contenuti a tutti i bambini, anche a chi ha bisogni educativi speciali.
- **Clima positivo e cooperativo:** incoraggiare il rispetto reciproco, la collaborazione e l'ascolto tra pari, promuovendo l'aiuto e la solidarietà.
- **Attenzione alle esigenze individuali:** osservare i bambini per riconoscere difficoltà o punti di forza specifici, adattando le attività e il supporto in modo personalizzato.

VALORIZZAZIONE DELLE DIFFERENZE

Si utilizza un linguaggio inclusivo e attività che sensibilizzino i bambini alla diversità, incoraggiando curiosità e accettazione. Queste azioni mirano a creare una comunità di apprendimento inclusiva, in cui ogni bambino possa sentirsi parte integrante del gruppo e valorizzato nel proprio percorso di crescita.

REALIZZAZIONE DELL'UNITÀ DI APPRENDIMENTO

- FASE 1 -

FOCUS TEMATICO

CIRCLE TIME INIZIALE DI ESPLORAZIONE

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO SPECIFICI IN FORMA OPERATIVA

(con esiti attesi)

- Formulare semplici ipotesi sul valore degli alimenti ("fa bene", "è dolce", "è pesante").
- Partecipare al dialogo

SPAZI E TEMPI

Tappeto, 20 minuti

METODI DIDATTICI, STRUMENTI E MATERIALI

Circle time, immagini



APERTURA

(clima motivazionale e lancio delle attività)

I bambini vengono invitati a sedersi in cerchio e l'insegnante introduce l'attività mostrando alcune immagini di alimenti. Per stimolare la curiosità e costruire un clima collaborativo, propone la domanda-guida: "Come possiamo capire quali cibi ci fanno crescere forti?" I bambini osservano liberamente le immagini e iniziano a esprimere le loro prime idee.

SEZIONE CENTRALE

(attività e azioni di docente/alunni)

L'insegnante guida l'esplorazione, sollecitando osservazioni e ipotesi sui cibi presentati. I bambini manipolano, nominano e commentano gli alimenti, formulando spiegazioni spontanee.

CHIUSURA

Breve riepilogo condiviso: l'insegnante ripercorre ciò che i bambini hanno detto, evidenziando le scoperte principali e sottolineando come le loro osservazioni e ipotesi serviranno per proseguire il percorso.

- FASE 2 -

FOCUS TEMATICO

IL MIO PIATTO: RAPPRESENTIAMO CIÒ CHE MANGIAMO

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO SPECIFICI IN FORMA OPERATIVA

(con esiti attesi)

Realizzare un collage e descrivere le proprie scelte

SPAZI E TEMPI

Angolo grafico-pittorico, 1,5 h

METODI DIDATTICI, STRUMENTI E MATERIALI

Cartoncini, forbici, immagini alimenti, colla



APERTURA

(clima motivazionale e lancio delle attività)

L'attività inizia richiamando quanto emerso nel circle time e ponendo una nuova domanda: "Che cosa mangio io e come posso rappresentarlo?". L'insegnante mostra il materiale a disposizione e introduce il compito.

SEZIONE CENTRALE

(attività e azioni di docente/alunni)

Ogni bambino sceglie gli alimenti tra le immagini disponibili e compone il proprio piatto tramite collage. L'insegnante osserva e sostiene il lavoro senza influenzare le scelte, incoraggiando la verbalizzazione delle motivazioni personali.

CHIUSURA

I piatti vengono esposti e osservati insieme. L'insegnante guida un breve riepilogo, facendo notare ciò che compare più spesso, ciò che è meno presente, e il fatto che ogni piatto è diverso perché rispecchia i gusti di ciascuno.

- FASE 3 -

FOCUS TEMATICO

CONFRONTO E SCELTA CONSAPEVOLE: COSTRUIAMO IL PIATTO DELLA SEZIONE

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO SPECIFICI IN FORMA OPERATIVA

(con esiti attesi)

- Confrontare i piatti individuali.
- Selezionare insieme i cibi sani da inserire nel piatto collettivo

SPAZI E TEMPI

Tappeto, angolo grafico-pittorico, 1,5 h

METODI DIDATTICI, STRUMENTI E MATERIALI

Piatti realizzati, cartellone, pennarelli, immagini alimenti

APERTURA

(clima motivazionale
e lancio delle attività)

L'insegnante invita i bambini a sedersi attorno ai piatti realizzati e apre un momento di dialogo spontaneo: "Cosa vi ricordate del piatto che avete fatto? Cosa vi è piaciuto di più? Avete visto alimenti simili nei piatti degli altri?". Questo momento di ascolto e confronto permette al gruppo di mettere in comune le proprie idee prima di procedere con l'analisi più approfondita.

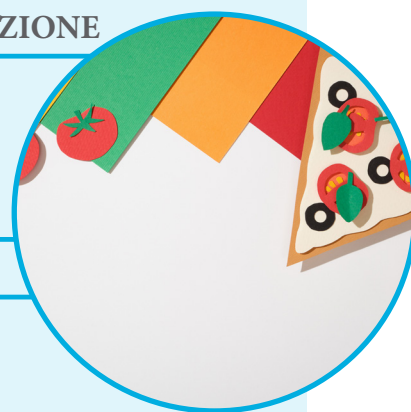
SEZIONE CENTRALE

(attività e azioni di docente/alunni)

L'insegnante introduce la domanda-stimolo che guida la discussione: "Tra tutti i cibi che abbiamo messo nei nostri piatti, quali pensate che facciano bene per crescere forti?". A partire da questa domanda, i bambini osservano e confrontano i vari alimenti presenti nei diversi piatti, evidenziando quelli ricorrenti e discutendo insieme quali siano i più salutari. L'insegnante svolge un ruolo di guida, aiutando il gruppo a ragionare attraverso domande semplici e mirate (ad esempio: "Perché pensate che questo faccia bene?", "Lo mangiamo tutti i giorni o solo qualche volta?"). Attraverso il confronto tra le loro idee, i bambini selezionano gli alimenti più sani, decidono collettivamente quali inserire nel grande "piatto della sezione". I bambini a questo punto creano il cartellone con gli alimenti sani.

CHIUSURA

Il cartellone viene appeso in classe.



- FASE 4 -

FOCUS TEMATICO

LABORATORIO ARCIMBOLDO

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO SPECIFICI IN FORMA OPERATIVA

(con esiti attesi)

Osservare un'opera; creare un autoritratto con frutta/verdura

SPAZI E TEMPI

Aula LIM, angolo grafico-pittorico, 2 h

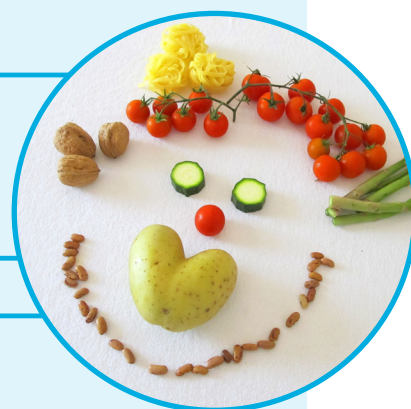
METODI DIDATTICI, STRUMENTI E MATERIALI

Cartoncini, forbici, immagini alimenti, colla

APERTURA

(clima motivazionale
e lancio delle attività)

L'insegnante introduce la nuova fase richiamando ciò che il gruppo ha imparato riguardo agli alimenti che fanno bene. Per creare un ponte naturale verso l'arte, mostra una o due immagini dei celebri ritratti di Arcimboldo e pone una domanda-stimolo semplice e coinvolgente: "Secondo voi, come mai questo pittore ha usato frutta e verdura per fare i volti?". L'insegnante accoglie tutte le osservazioni senza giudicare, sostenendo un clima di stupore e scoperta.



SEZIONE CENTRALE

(attività e azioni di docente/alunni)

L'insegnante spiega che anche i bambini potranno creare il proprio ritratto "alla maniera di Arcimboldo", utilizzando immagini di frutta e verdura già ritagliate. Invita i bambini a osservare con attenzione le forme degli alimenti e a scegliere quelli che meglio rappresentano le parti del loro volto: cosa può essere un occhio? E una guancia? E i capelli?

Durante il lavoro, l'insegnante si muove tra i tavoli ascoltando le verbalizzazioni spontanee, incoraggiando la creatività e ponendo domande che sostengono la scelta consapevole. L'attività diventa così un momento in cui i bambini collegano arte, alimentazione e identità personale, sviluppando forme originali di rappresentazione di sé.

CHIUSURA

Conclusi i ritratti, i bambini vengono invitati a osservarli insieme. L'insegnante guida un breve riepilogo per dare senso all'attività: sottolinea come Arcimboldo abbia trasformato frutta e verdura in arte e come anche loro abbiano potuto fare lo stesso, utilizzando alimenti che aiutano a crescere sani. La classe crea un piccolo "museo dell'alimentazione e della bellezza" appendendo i ritratti alla parete. Questo momento conclusivo consolida il nesso tra arte, creatività e abitudini alimentari, e prepara il terreno per la fase successiva.

- FASE 5 -

FOCUS TEMATICO

EDUCAZIONE ALIMENTARE - RICONOSCERE E CLASSIFICARE GLI ALIMENTI secondo quanto fanno bene al corpo e la frequenza con cui è consigliabile consumarli

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO SPECIFICI IN FORMA OPERATIVA

(con esiti attesi)

- Riconoscere diversi alimenti attraverso l'osservazione diretta (vista, tatto, olfatto).
- Comprendere che non tutti gli alimenti sono ugualmente salutari.
- Classificare gli alimenti nei tre contenitori colorati.
- Agire secondo regole in un gioco motorio.

SPAZI E TEMPI

Palestra, 1 h

METODI DIDATTICI, STRUMENTI E MATERIALI

Conversazione guidata, apprendimento sensoriale, classificazione attiva, problem solving, gioco motorio.
Materiali: alimenti veri o finti (frutta, verdura, pane, pasta, yogurt, biscotti, cioccolato, patatine, formaggio...), tre contenitori colorati (verde, giallo, rosso), cerchi, coni, tappeti o piccoli ostacoli per il percorso motorio.

APERTURA

(clima motivazionale e lancio delle attività)

L'attività si svolge in palestra, dove l'insegnante richiama brevemente ciò che i bambini hanno imparato nelle fasi precedenti: alcuni alimenti ci aiutano a crescere sani, altri vanno consumati solo ogni tanto. Per introdurre il nuovo compito, spiega in modo semplice che i cibi non fanno tutti bene allo stesso modo e che oggi proveranno a distinguerli. Mostra ai bambini alcuni alimenti veri o riprodotti, invitandoli a osservarli, toccarli e annusarli. Questo momento sensoriale prepara il terreno alla classificazione e favorisce la motivazione. La docente pone infine la domanda-stimolo che guiderà l'esplorazione: "Secondo voi, in quale gruppo vanno questi cibi?"



SEZIONE CENTRALE

(attività e azioni di docente/alunni)

Dopo l'osservazione iniziale, l'insegnante accompagna i bambini alla scoperta degli alimenti uno alla volta. Terminata questa fase di osservazione, l'insegnante presenta le tre grandi ceste colorate: quella verde per i cibi che fanno molto bene e che possiamo mangiare tutti i giorni, quella gialla per gli alimenti adatti "ogni tanto", e quella rossa per i cibi da consumare raramente. Le spiegazioni sono brevi, concrete e legate a situazioni quotidiane, così da rendere immediato il significato delle categorie.

A questo punto inizia la classificazione collettiva: l'insegnante mostra un alimento e invita i bambini a confrontarsi su dove andrebbe collocato. Le domande stimolo ("Come mai lo metteresti lì?", "Lo mangiamo spesso o solo in alcuni momenti?") aiutano i bambini a motivare le loro scelte e a riflettere insieme. Alla fine, ogni alimento trova il suo posto e le ceste si riempiono progressivamente, diventando una rappresentazione visiva e concreta delle scoperte fatte dal gruppo.

CHIUSURA

La fase si conclude con un gioco motorio intitolato "Porta il cibo al suo posto". L'insegnante allestisce un breve percorso con cerchi, coni e tappetini, e consegna a ciascun bambino un alimento o un'immagine. I bambini attraversano il percorso e, una volta arrivati al traguardo, collocano l'alimento nella cesta verde, gialla o rossa in base a quanto hanno appreso. Durante il gioco, l'insegnante osserva le scelte dei bambini per verificare in modo naturale il loro livello di comprensione.

REALIZZAZIONE DELLA DOCUMENTAZIONE

La docente raccoglie fotografie, stralci delle conversazioni, esempi di piatti individuali, momenti del laboratorio artistico e del gioco motorio, evidenziando partecipazione, interesse e atteggiamento dei bambini nelle diverse fasi.

VALUTAZIONE FINALE

1. GRIGLIE DI OSSERVAZIONE SISTEMATICA

Serve a monitorare i processi e i progressi dei bambini durante tutte le attività: partecipazione, linguaggio, capacità di classificare i cibi, coinvolgimento, autonomia nel collage e nel gioco motorio.

COME VIENE PROPOSTO: l'insegnante osserva i bambini in modo naturale durante circle time, laboratori e giochi, annotando comportamenti e conquiste.

INDICATORI:

- Riconosce e nomina semplici alimenti
- Distingue, con guida, i cibi quotidiani da quelli occasionali
- Partecipa al circle time ascoltando e intervenendo in modo pertinente
- Realizza un collage rispettando un compito dato
- Collabora alle scelte collettive (piatto della sezione)
- Segue regole e consegne nel gioco motorio

2. PORTFOLIO DI SEZIONE (RACCOLTA DELLE PRODUZIONI)

Serve a documentare i processi dei bambini attraverso:

- piatto di collage
- cartellone collettivo
- foto dei momenti significativi
- autori alla Arcimboldo
- alcune conversazioni spontanee

Questo strumento permette di vedere il percorso, non solo il risultato.

COME VIENE PROPOSTO: ogni lavoro viene raccolto e inserito nella "Cartella dello Chef" della sezione.

3. RUBRICA DESCRITTIVA (SENZA VOTI)

Serve a rendere visibili i livelli di sviluppo raggiunti con indicatori chiari:

- riconoscimento degli alimenti
- capacità di classificazione
- partecipazione
- autonomia nei laboratori
- capacità di spiegare una scelta

4. AUTOVALUTAZIONE

Serve a promuovere consapevolezza e scelta personale in forma semplice e concreta. Ogni bambino sceglie una figurina che rappresenta il proprio vissuto e la posiziona sul cartellone della "Tavola delle Emozioni del Piccolo Chef" dove ci sono 3 icone:

- mi sono divertito tanto
- alcune cose erano facili, altre un po' difficili
- ho avuto bisogno di aiuto, ma ci ho provato

ATTIVITÀ OPZIONALI PER INTEGRARE IL PROGETTO

1. MINI- PROGETTO “DALLA TERRA AL PIATTO”

- Coltivare piccole piantine in sezione (erbe aromatiche, lattughino)
- Osservare crescita, cura, raccolta
- Collegare al concetto di alimenti freschi e naturali

2. LABORATORIO DI CUCINA

Attività semplici e sicure

- Preparare macedonia
- Spremere arance
- Creare spiedini di frutta
- Collegamento alla sensorialità e alla scelta consapevole

3. COINVOLGIMENTO DELLE FAMIGLIE

- Diario alimentare illustrato
- Laboratorio genitori-bambini “Creare il tuo snack sano”
- Mostrare ritratti di Arcimboldo durante una giornata aperta

4. CONTINUITÀ VERTICALE CON PRIMARIA

- Piccolo incontro con una classe prima su giochi e attività educazione alimentare
- Creazione di un progetto insieme

5. AVVIO DI UN PERCORSO SULLE EMOZIONI LEGATE AL CIBO

6. SEZIONE “CIBI DEL MONDO”

BIBLIOGRAFIA

Documenti ministeriali

MIUR (2012). Indicazioni Nazionali per il Curricolo della Scuola dell'Infanzia e del Primo Ciclo d'Istruzione. Ministero dell'Istruzione.

MIUR (2018). Indicazioni Nazionali e Nuovi Scenari. Ministero dell'Istruzione.

MIM (2025). Indicazioni Nazionali 2025 – Nuovi Scenari Educativi. Ministero dell'Istruzione e del Merito.

Raccomandazioni europee

Consiglio dell'Unione Europea (2006/2018). Raccomandazione relativa alle competenze chiave per l'apprendimento permanente.

OMS (1994). Life Skills Education for Children and Adolescents. World Health Organization.

SITOGRAFIA

Fondazione AIRC per la Ricerca sul Cancro ETS - airc.it

AIRC nelle scuole - scuola.airc.it