

PARMIGIANO
REGGIANO

PROGETTO
AMO
CIÒ CHE
MANGIO

4.0

BENESSERE
in classe e in famiglia

Progetto gratuito per costruire esperienze
di benessere in classe e in famiglia

ANNO SCOLASTICO 2021/22

Rivolto a insegnanti, relative classi e famiglie delle:

scuole dell'infanzia, scuole primarie e scuole secondarie di primo grado



Obiettivi del progetto

- ▲ Educare a riconoscere e a gestire le emozioni.
- ▲ Educare alla conoscenza dei prodotti della terra, del benessere animale e a imparare a conoscere il territorio per rispettare l'ambiente.
- ▲ Educare a prendersi cura del contesto in cui si vive creando relazioni positive in classe e in famiglia.
- ▲ Valorizzare in modo innovativo l'educazione alimentare attraverso il Parmigiano Reggiano con un percorso multidisciplinare
- ▲ Approfondire il tema degli stili di vita salutari
- ▲ Focalizzare l'attenzione sulla padronanza dei 5 sensi
- ▲ Coinvolgere le famiglie con materiali sul benessere nelle diverse forme.

Sintesi del percorso

Formazione insegnanti online tramite video lezione in modalità asincrona su piattaforma Moodle (*Durata totale: 2 ore / ottobre-dicembre 2021*) + 2 meeting di monitoraggio nel corso del progetto (*durata: 1 ora ciascuno*).



NB: Il percorso di formazione sarà riconosciuto dal MIUR, grazie alla collaborazione di Creativ con CIOFS Scuola (ente accreditato al MIUR).



Ogni classe intraprende un viaggio che si articola in 3 tappe: vi è la **possibilità di scegliere il livello di approfondimento delle tappe intermedie**, valutando in questo modo **quante attività svolgere e quanto tempo dedicare**.

Tutte le attività previste durante il percorso sono **modulate per fasce d'età degli alunni e studiate affinché si possano svolgere anche in didattica digitale integrata**.

1 - TAPPA INIZIALE (*ottobre - dicembre 2021*)

CHE FORMA HANNO LE EMOZIONI?

Attività calibrate in base all'età, grazie al Parmigiano Reggiano si entra nel mondo delle emozioni.

Attività da svolgere in classe e in famiglia per chi lo desidera.

Durata minima: 2 ore



2 - TAPPA INTERMEDIA (*gennaio - aprile 2022*)

2.1 - Benessere nel TERRITORIO e nell'AMBIENTE

2.2 - Benessere nella COMUNITÀ

2.3 - Benessere nell'ALIMENTAZIONE

Ognuna prevede attività da svolgere in classe e in famiglia per chi lo desidera.

Durata minima: 1 ora ciascuna



3 - TAPPA FINALE (*aprile - maggio 2022*)

UNA FORMA SPECIALE: QUELLA DEL PARMIGIANO REGGIANO

Dopo aver fatto esperienze di forme di benessere avviene l'incontro con il Parmigiano Reggiano attraverso la degustazione sensoriale con i compagni e in famiglia per diventare Parmelier, esperti di benessere.

Durata minima: 1 ora



- **Gita in caseificio:** sulla base delle disposizioni sanitarie che saranno in vigore nel 2022, nei mesi in cui sono previste le gite, si valuterà la possibilità di svolgere una gita *in loco* oppure virtuale.