UDA: ALIMENTAZIONE

 **ALIMENTAZIONE**

=

**assunzione di sostanze nutritive**

*variabile nel tempo e nello spazio*

*con*

**EFFETTI**

su

**SALUTE e AMBIENTE e DIRITTI**

Obiettivo Formativo: formare consumatori critici e consapevoli dell’importanza di un’alimentazione sobria a tutela della propria salute, dell’ambiente e della giustizia sociale.

**Competenze di cittadinanza:**

* *collaborare e partecipare*
* *agire in modo autonomo e responsabile*

**Competenza scientifica :**

* *Osservare la realtà naturale e riconoscere nelle varie forme i concetti di sistema e di*

 *complessità*

Fase 0 Obiettivo:  **rilevare le conoscenze spontanee degli allievi sull’alimentazione e sul pomodoro.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Cosa fa l’insegnante** | **Cosa fa l’alunno** |
| Per introdurre l’argomento chiede agli allievi di mettersi in circle time, spiega la modalità e la funzione di svolgimento della Conversazione Clinica.*Che cosa ti fa venire in mente la parola “alimentazione”?* *Cosa ti fa venire in mente l’affermazione “diritto al cibo” ?**Cosa vuol dire alimentazione sostenibile?**Da dove proviene quello che mangiamo?* | Si dispone in circle time e ascoltaRisponde uno alla volta alle domande stimolo, |

**Organizzazione/Metodo.** conversazione clinica

**Raggruppamento alunni**: lavoro con gruppo classe

**Mezzi e strumenti**: circle time, risorse umane

|  |  |
| --- | --- |
| Che cosa ti fa venire in mente la parola alimentazione? |  |
| CIBO – TAVOLO CON PASTA – CIBO CHE NON ESISTE – APPETITO – DIETA – ENERGIA – MODERAZIONE – BENESSERE – VEGETARIANO – VEGANO – GIOCARE – SPRECO – PRODOTTI TIPICI – GOLOSITA’ – PRANZO CENA- ABUSO – COSTOSO – CARNIVORO – SCATOLETTE – OBESITA’ PRODOTTI TIPICI | Alla prima domanda “ Che cosa ti fa venire in mente la parola “alimentazione?” alcuni fanno riferimento a prodotti alimentari(pasta, scatolette, prodotti tipici), altri agli effetti ( appetito,benessere, golosità, energia), altri ancora alla modalità di come si mangia ( obesità, vegano, vegetariano, dieta. moderazione,abuso). Qualcuno parla di spreco e di costo dei cibi. |
| Cosa ti fa venire in mente l’affermazione “diritto al cibo” ?BAMBINI CHE MUOIONO DI FAME – MORTE – CARITAS – PAESI POVERI – TUTTI DEVONO MANGIARE – NON SPRECARE IL CIBO – AFRICA – LA GIOIA DI MANGIARE NEI PAESI POVERI – TERZO MONDO – UGUAGLIANZA TRA BENESTANTI E POVERI – ACQUA – DIFFERENZA | Alla seconda domanda “ Cosa ti fa venire in mente l’affermazione “diritto al cibo” ? gli allievi pensano ai paesi poveri e ai bambini che muoiono di fame; alle differenze tra chi mangia e chi non può mangiare; alla necessità di non sprecare il cibo; all’Africa; all’acqua e al diritto fondamentale del diritto al cibo per tutti.  |
| Cosa vuol dire alimentazione sostenibile?MANGIARE CON POCHI SOLDI – DIETA – ACCETTABILE – TUTTO QUELLO CHE MANGIAMO DOVREBBE ESSERE Più NATURALE, SENZA PRODOTTI CHIMICI – MONDO IN EQUILIBRIO TRA LE DIVERSE PARTI IN CUI OGNUNO HA DA MANGIARE ABBASTANZA – BIOLOGICO – DAL PRODUTTORE AL CONSUMATORE – KM0 ( RAGGIO DI 70KM) – CONTROLLATO – MANGIARE SANO E SPENDERE POCO – CHE RISPETTA L’AMBIENTE | Alla terza domanda “Cosa vuol dire alimentazione sostenibile?” alcuni allievi associano il concetto di sostenibilità alla possibilità di essere accessibile a tutti sulla base di costi accettabili. Per altri invece la questione rimanda al rispetto della natura , a prodotti biologici e non trattati con prodotti chimici. Un terzo filone è rappresentato da quelli che associano la sostenibilità alla giustizia che consente a tutti di alimentarsi. |
| Da dove proviene quello che mangiamo?PAESI LONTANI – DAI CAMPI – IMPORTAZIONE – DA OVUNQUE – ALLEVAMENTI INDUSTRIALI – DALLA NATURA – EUROPA – PAESI SVILUPPATI – INDUSTRIA – PAESI SFRUTTATI E PAESI CHE TENGONO ALLA QUALITA’ | Alla quarta domanda “Da dove proviene quello che mangiamo?”alcuni citano campagne e natura altri fanno riferimento alla filiera della produzione industriale e affermano che il cibo può venire da qualsiasi luogo.  |

Analisi della Conversazione Clinica

Alla prima domanda “ Che cosa ti fa venire in mente la parola “alimentazione?” alcuni fanno riferimento a prodotti alimentari(pasta, scatolette, prodotti tipici), altri agli effetti ( appetito, benessere, golosità, energia), altri ancora alla modalità di come si mangia ( obesità, vegano, vegetariano, dieta. moderazione,abuso). Qualcuno parla di spreco e di costo dei cibi.

Alla seconda domanda “ Cosa ti fa venire in mente l’affermazione “diritto al cibo” ? gli allievi pensano ai paesi poveri e ai bambini che muoiono di fame; alle differenze tra chi mangia e chi non può mangiare; alla necessità di non sprecare il cibo; all’Africa; all’acqua e al diritto fondamentale del diritto al cibo per tutti.

Alla terza domanda “Cosa vuol dire alimentazione sostenibile?” alcuni allievi associano il concetto di sostenibilità alla possibilità di essere accessibile a tutti sulla base di costi accettabili. Per altri invece la questione rimanda al rispetto della natura , a prodotti biologici e non trattati con prodotti chimici. Un terzo filone è rappresentato da quelli che associano la sostenibilità alla giustizia che consente a tutti di alimentarsi.

Alla quarta domanda “Da dove proviene quello che mangiamo?”alcuni citano campagne e natura altri fanno riferimento alla filiera della produzione industriale e affermano che il cibo può venire da qualsiasi luogo.

**Mappa mentale**

|  |  |
| --- | --- |
| **L’alimentazione richiama :*** *prodotti alimentari(pasta, scatolette, prodotti tipici)*
* *effetti ( appetito, benessere, golosità, energia)*
* *modalità di alimentarsi ( obesità, vegano, vegetariano, dieta. moderazione,abuso).*
* *spreco*
* *costo dei cibi.*

**Il diritto al cibo fa pensare a:*** *paesi poveri e ai bambini che muoiono di fame;*
* *differenze tra chi mangia e chi non può mangiare;*
 | * *necessità di non sprecare il cibo*
* *Africa;*
* *diritto all’acqua*
* *un diritto fondamentale per tutti*

**Alimentazione sostenibile significa:** * *possibilità di essere accessibile a tutti sulla base di costi accettabili*
* *rispetto della natura*
* *prodotti biologici e non trattati con prodotti chimici.*
* *giustizia che consente a tutti di alimentarsi.*

 **Il cibo che mangiamo proviene da** * *campagne e natura*
* *filiera della produzione industriale*
* *da qualsiasi luogo.*
 |

Commento della Conversazione.

Le conoscenze spontanee degli allievi individuano una serie di informazioni da riorganizzare nel percorso scolastico. Dalle loro risposte si può evincere una forte influenza sia dei media sia delle “ parole d’ordine” che circolano sulla questione in questo momento. I termini quali dieta vegetariana e vegana vanno analizzati con gli allievi per non assolutizzare come salubre una proposta di moda la quale presenta anch’essa dei limiti e dei punti critici. Infatti occorre indagare sui risvolti di certe diete che i giovani talvolta assumono senza consultare un nutrizionista e quindi senza consapevolezza delle controindicazioni. Inoltre come la dieta “carnivora” può danneggiare la salute a seconda della provenienza della carne, così può accadere per quelle basate sul consumo di frutta e verdura. Anche questi alimenti vanno vagliati alla luce dei conservanti e dei trattamenti che ricevono. il consumatore critico è un soggetto attento alle etichette e su questo filone è bene far lavorare gli allievi dando loro le conoscenze necessarie per comprendere la composizione dei cibi, la filiera di produzione e conservazione, la modalità di confezione del prodotto alimentare. Ciò che va attivata è una visione complessa della questione alimentare che incorpora una serie di elementi in un’ottica attenta a tutte le possibili connessioni. Sul termine sostenibilità gli allievi oscillano tra una versione economica per cui è sostenibile il cibo i cui prezzi sono accettabili e l’altra tesi secondo la quale i cibi sostenibili sono quelli che garantiscono il rispetto della natura. Questa diversa prospettiva merita un approfondimento, che può essere stimolato con una ricerca in internet mettendo gli allievi in condizione di scegliere le fonti scientificamente accreditate. Per la FAO, ad esempio, sono sostenibili quegli stili alimentari *“con un basso impatto ambientale, che contribuiscono a garantire la sicurezza alimentare e una vita sana alle generazioni presenti e future. Le alimentazioni sostenibili sono protettive e rispettose della biodiversità e dell’ecosistema, culturalmente accettabili, accessibili, economicamente corrette e convenienti; nutrizionalmente adeguate, sane e sicure; con la capacità di ottimizzare le risorse naturali e umane “*  Una serie di definizioni messe a confronto può aiutare la classe ad uscire da una visione frammentaria e può arricchire il bagaglio culturale della classe. Un altro punto forte riguarda la questione della giustizia e dell’equa ripartizione delle risorse in tutto il pianeta. Il focus intorno all’Africa, sia pure per molti aspetti legittimo, non deve distogliere l’attenzione da altre realtà in cui il diritto al cibo non è garantito a tutti, ivi comprese quelle fasce marginali delle periferie urbane delle grandi metropoli occidentali. Il diritto al cibo per tutti, ribadito con forza dalla “Agenda post 2015”, va analizzato nelle sue molteplici componenti in quanto in esso non solo rientra il diritto all’acqua, a cui accennano gli allievi, ma anche una serie di altri diritti che richiamano le responsabilità di chi ha accesso al cibo rispetto a chi non ha la stessa possibilità. La questione non solo è di natura economica, ma anche etica e morale. Su questo fronte la scuola è chiamata a fare la sua parte aggiungendo al consumatore critico la qualità imprescindibile di essere anche un cittadino responsabile che determina l’istanza di passare alla sobrietà come stile di vita. La sobrietà è in fatti una scelta morale in grado di garantire sia la sopravviveva del pianeta sia la possibilità di alimentarsi di sette miliardi di persone in controtendenza rispetto ad una società consumistica che invita a riempire carrelli della spesa in funzione degli interessi delle multinazionali del cibo e/o degli attori di una economia di mercato non più a sevizio dell’uomo ma del profitto.

Matrice cognitiva ( ciò che sanno)

Esistono diversi modi di alimentarsi: dieta vegetariana, dieta vegana, dieta onnivora

Il modo di alimentarsi produce effetti specifici (obesità.. )

Il diritto al cibo non è accessibile a tutti

Il modo di alimentarsi deve rispettare la natura

Compito di apprendimento ( ciò che non sanno)

Il modo di alimentarsi va sostenuto da consapevolezza di ciò che si mangia.

Le diete particolari vanno controllate da nutrizionisti

Un consumatore critico deve conoscere attraverso l’etichetta dei prodotti alimentari il luogo e le forme di coltivazione, la filiera produttiva, la modalità di trasporto e conservazione, il tipo di impacchettatura e confezione dei cibi, la data di scadenza.

La giustizia sociale a garanzia del diritto di alimentazione per tutti richiede la scelta della sobrietà.

Rete Concettuale

 **ALIMENTAZIONE**

=

**ASSUNZIONE DI SOSTANZE NUTRITIVE**

*variabile nel tempo e nello spazio*

 *con*

 **CONSAPEVOLEZZA RESPONSABILITÀ**

* *Prescrizioni nutrizionista*
* *Luogo di produzione*
* *Modalità di coltivazione*
* *Filiera produttiva*
* *Trasporto*
* *Confezione*

 CONSUMATORE

 critico e sobrio

* a difesa della Natura
* a garanzia del diritto di alimentarsi per tutti