

# PROGETTO "SALTinBOCCA"

A cura della classe 4°B a.s. 2015-16

*SALTinBOCCA è un'iniziativa totalmente GRATUITA rivolta alle scuole primarie d'Italia, nata in collaborazione con la Federazione Italiana Medici Pediatri (FIMP). Il progetto, giunto alla III<sup>a</sup> EDIZIONE, ha l'obiettivo di fornire a bambini e genitori le informazioni necessarie per una sana alimentazione e una corretta attività fisica, cercando così di invertire la tendenza che vede il sovrappeso e l'obesità in età infantile in costante aumento in Italia. Il ruolo di "primo piano" delle scuole e la presenza di enti autorevoli provenienti dal mondo dell'alimentazione, da sempre attenti ai temi della salute della nutrizione e per questo impegnati a fornire un'informazione attenta qualificata e responsabile, fanno sì che il progetto acquisisca ulteriori crediti per indurre i bambini a cogliere l'opportunità di scoprire la cultura della salute e dell'alimentazione sana ma, soprattutto, di farla propria.*

*Le classi che hanno aderito al progetto hanno ricevuto gratuitamente a scuola, il KIT didattico SALTainBOCCA contenente le 10 schede didattiche monotematiche, grazie alle quali il progetto punta a promuovere uno stile di vita corretto e abitudini alimentari e motorie più sane in maniera semplice, accessibile e immediata attraverso consigli e suggerimenti da mettere in pratica con facilità.*



*Le schede didattiche, il gioco SALTainBOCCA e il sito [www.saltainbocca.it](http://www.saltainbocca.it) sono strumenti concepiti per coinvolgere anche insegnanti e genitori all'interno di un percorso formativo comune che mira a costruire maggiore conoscenza del problema e pertanto più consapevolezza su quali vie intraprendere per affrontarlo.*



Percorso formativo per una sana alimentazione e una corretta attività fisica

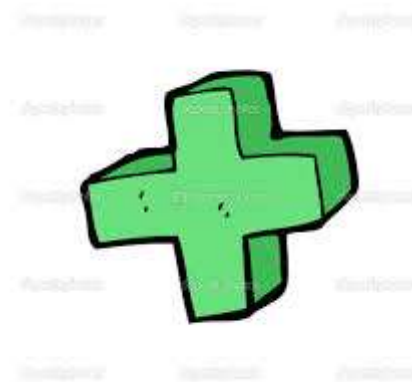
III<sup>a</sup> edizione

*“Gli alunni, a conclusione del loro percorso formativo, sono invitati a realizzare, con il supporto dell’insegnante, un DISEGNO o COLLAGE incentrato sui contenuti dell’iniziativa “SALTAinBOCCA”, che potrà essere accompagnato da un breve RACCONTO, POESIA o FILASTROCCA (dovrà essere un’opera originale, non coperta da diritto d’autore). L’elaborato finale dà l’opportunità di VINCERE FANTASTICI PREMI per tutta la classe.”*

# La nostra idea...



## UNA SCACCHIERA ALIMENTARE





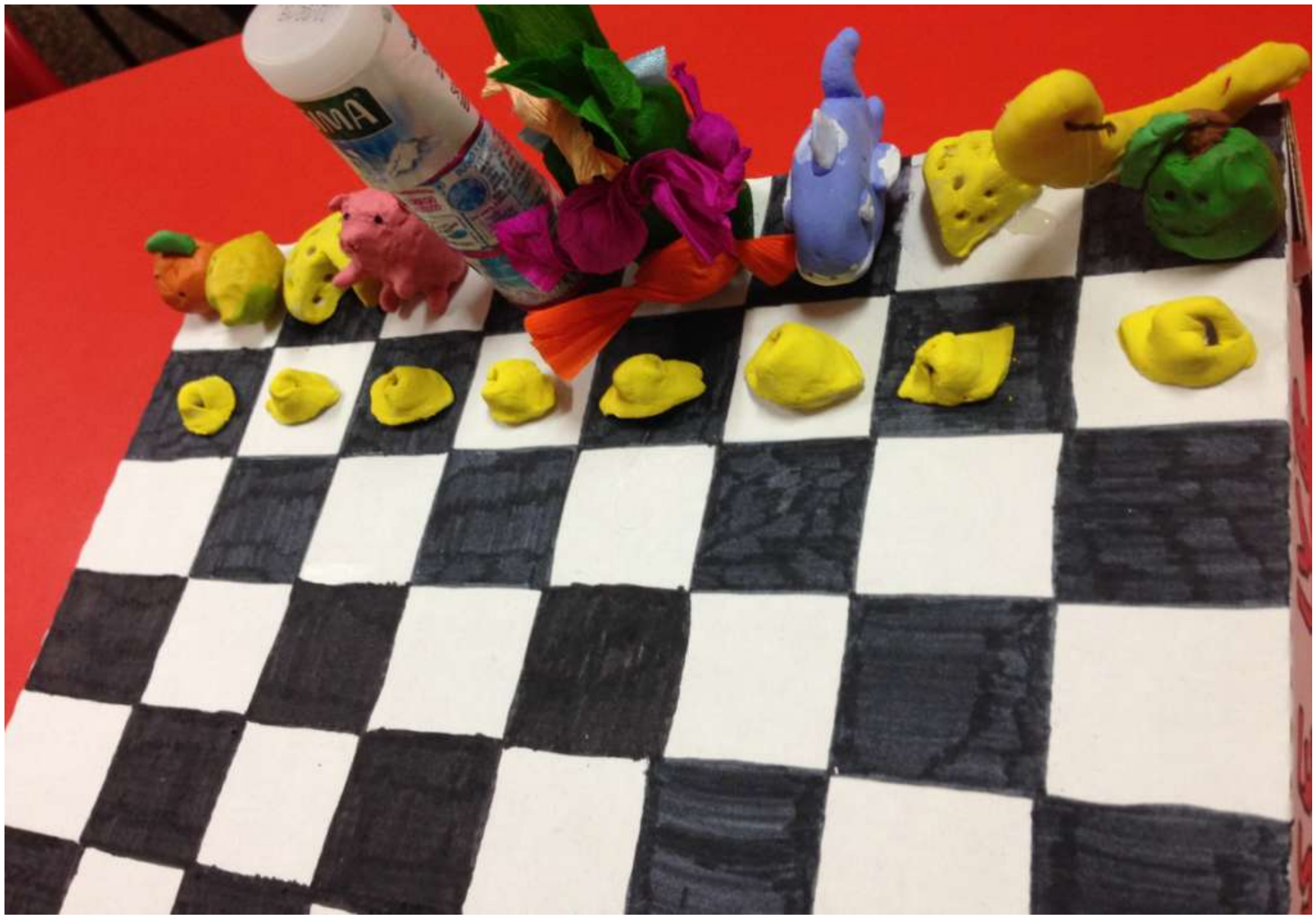
# ECCOCI QUINDI AL LAVORO

















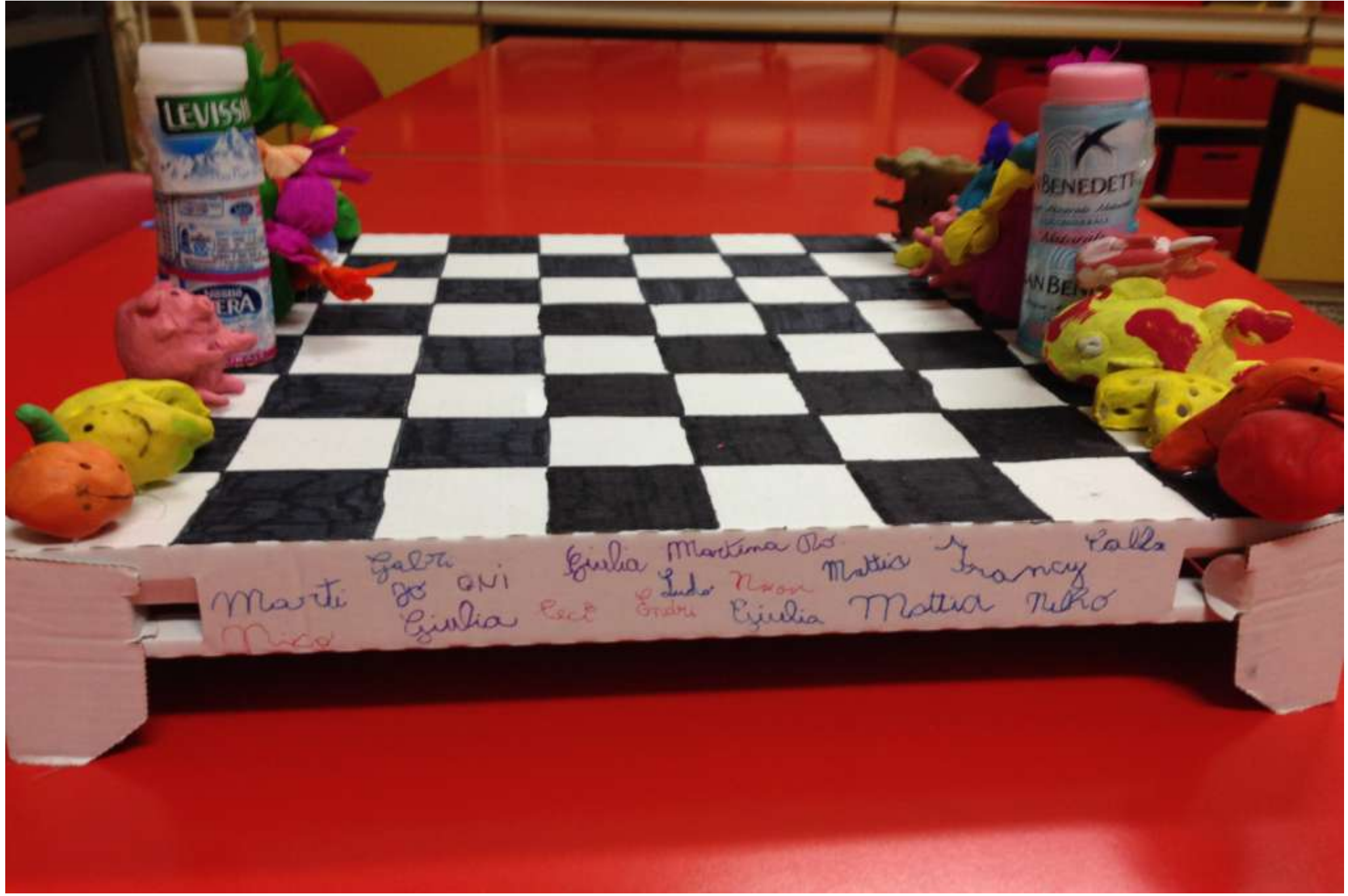






## SCACCHIERA ALIMENTARE

“SAPEVI CHE ANCHE LA PIRAMIDE ALIMENTARE,  
A SCACCHI, PUO' ALLEGRAEMENTE GIOCARE?  
VERDURE, CARNE E PASTICCINI NON SONO NEMICI  
E INSIEME AGLI ALLEATI LATTICINI SI MUOVONO FELICI.  
COME PER IL GIOCO DEGLI SCACCHI, I PEZZI SERVON TUTTI  
LA PIRAMIDE CI INSEGNA: “MANGIA OGNI ALIMENTO, DAL PESCE AI FRUTTI!”  
LA PARTITA È COMINCIATA: SICURA È LA SCORPACCIATA!  
FAI MOLTA ATTENZIONE ALL' ABBUFFATA!  
DI **PEDONI** SAZIATI PURE A VOLONTÀ,  
OCCHIO, PERÒ, ALLA GOLOSITÀ!  
LA **REGINA**, NELLA SUA MARCIA TRIONFALE,  
È COME L'ACQUA, PER IL CORPO, FONDAMENTALE.  
COME IL **RE** NON SI PUÒ MANGIARE,  
COSÌ, CON CAMELLE E DOLCI, NON ESAGERARE!  
PER MONTARE I **CAVALLI**, IN FORMA DEVI RESTARE,  
FAI TANTO SPORT E NON TI SCORAGGIARE!  
COME UNA **TORRE**, IN COPPIA CON L'ALTRA, AMA LAVORARE  
CON FRUTTA E CON VERDURA TI DEVI SAZIARE.  
MENTRE GLI **ALFIERI**, CORAGGIOSI GUERRIERI,  
SEGUENDO L'ESEMPIO DELLE PROTEINE DIFENDONO  
IL NOSTRO ORGANISMO DAI PERICOLOSI BATTERI.  
PER “VINCERE”, SERVE QUESTO GRANDE SCHIERAMENTO  
A SCACCHI E IN ALIMENTAZIONE, SEGUI LE REGOLE  
E NE TRARRAI UN ENORME GIOVAMENTO!”



Marta  
Nico

Galati  
88 ONI  
Giulia

Luci  
Eccò

Giulia  
Martina Os.  
Linda  
Eccò

Nora  
Giulia

Mattia  
Mattia

Trancy

Kalle  
Niko