



TASTE FOR FUN - MOLFETTA

Il campo "Taste for Fun" si pone come risposta ai bisogni di socialità e condivisione fortemente limitati a causa della Pandemia da Covid-19, favorendo occasioni di incontro, dialogo e confronto fra minori al fine di favorire la crescita di una personalità capace di relazionarsi in modo appropriato con gli altri, di esprimere i propri sentimenti, di essere responsabile e sensibile nei confronti delle persone e dell'ambiente in cui si vive, sviluppando un proprio progetto di vita. Non si possono definire degli obiettivi se non si considerano i bisogni dei bambini e tra questi ricordiamo indubbiamente: il bisogno di autonomia, il bisogno di relazione e di equilibrio con i pari e con le figure adulte, il bisogno di saper affrontare situazioni conflittuali, il bisogno di esprimere la propria laboriosità attraverso il contatto con la natura e la materia, il bisogno di ritornare nella natura, il bisogno di movimento.

Dai bisogni si possono definire i seguenti obiettivi generali:

- Promuovere l'inclusione sociale tramite l'incontro con l'altro e lo sviluppo della capacità di dialogo: i bambini vengono messi al centro del processo educativo che lo rende consapevole protagonista del proprio processo di crescita.
- Favorire il benessere psicofisico di bambini;
- Imparare a prendersi cura degli altri;
- Promuovere stili di vita sani
- Rispettare e valorizzare l'unicità della persona;
- Promuovere l'inserimento dell'attività fisica all'interno della settimana, elencandone la quantità ed i benefici che questa apporta.

Mentre gli obiettivi specifici sono:

- Educare i bambini a prendersi cura della propria salute e a comportarsi in modo sano;
- Riconoscere il rapporto tra l'alimentazione ed esercizio fisico in relazione a stili di vita sani;
- Promuovere lo sviluppo di una cultura della salute come bene sociale;
- Conoscere i principi fondamentali di una sana alimentazione ai fini di una crescita -armonica ed equilibrata;
- Assumere coscienza dell'importanza della prevenzione.
- Favorire processi di acquisizione e di competenze relative all'Educazione alla cittadinanza attiva e responsabile
- Dare l'opportunità ai ragazzi di mettersi in contatto con la natura e socializzare; -Garantire un ritmo di vita adatto ai bisogni di ogni bambina/o e ragazza/o;
- Favorire la conquista di una maggiore autonomia;
- Favorire l'inclusione nel gruppo;



-Sperimentare le loro capacità motorie, espressive, creative sociali

Azioni progettuali

Il nostro percorso è strutturato al fine di scoprire e riscoprire il valore di una sana alimentazione e del movimento strettamente connesso con il valore della biodiversità ed eco-sostenibilità, con la cultura e la tradizione delle comunità attraverso l'intervento degli anziani facenti parte del progetto "Hold My Hand" del Comitato. Pertanto le 5 tematiche su cui si basa il campo sono:

la conoscenza di sé e lo sviluppo delle abilità

la conoscenza degli altri, del territorio, delle tradizioni

lo svolgimento di attività fisica e sportiva

l'importanza della sostenibilità

il cibo come arte

In apertura e chiusura di giornata ci saranno dei laboratori che si ripeteranno quotidianamente come filo conduttore del percorso proposto:

- Cibi...amoci d'arte: è un laboratorio che si terrà quotidianamente e che avrà il fine di accomunare le "arti" al cibo e alla salute e che comporterà la realizzazione di "opere" che saranno esposte a fine campo),

- la compilazione di un diario del campo con il quale i partecipanti potranno esprimere le proprie emozioni, i propri stati d'animo, le conoscenze acquisite, le abilità scoperte.

Si utilizzeranno i seguenti strumenti:

- Laboratori pratici

- Lavori di gruppo

- Brainstorming

- Attività ludiche e motorie

- Lettura di storie

- Visite guidate presso aziende agroalimentare e piccole industrie.

- Role play

Risultati attesi:

Per molti giovani partecipare ad un'esperienza è l'occasione per ampliare i propri orizzonti, una vera e propria crescita. Un'esperienza "forte", capace di motivare e arricchire l'individuo. Il tempo trascorso troverà allora una sua valorizzazione in un ambiente educativo che risponde al bisogno di stare insieme, in gruppo, nel contempo riconoscersi ed esprimersi come individuo. Ci si aspetta di raggiungere i seguenti risultati:

-Aumento delle conoscenze sulle scelte alimentari corrette.



- Sviluppo di una coscienza al consumo critico.
- Comprensione dell'importanza di una alimentazione fondata sui prodotti tipici di qualità, per il proprio benessere fisico e psichico.
- Acquisizione del legame fra alimentazione e salute.
- Consumo di frutta nello spuntino a scuola.
- Consumo di acqua e diminuzione di bevande zuccherate a scuola.
- Aumento della capacità di lettura delle etichette alimentari.
- Scoperta dei prodotti tradizionali del proprio territorio.
- Preparazione degli alimenti attraverso esperienze laboratoriali e di cucina.
- Acquisizione del concetto di trasformazione degli alimenti.

Giorno 1 / IO, IL CIBO E IL MIO CORPO

1. Arrivo dei bambini e presentazione dei volontari
 2. Preparo la mia colazione: i volontari accoglieranno i bambin* all'interno della sala comune e insieme faranno la prima colazione. Sarà innanzitutto occasione per presentarsi e conoscersi, ma anche per preparare la propria colazione secondo i propri gusti. I bambin* avranno a disposizione una serie di alimenti tra cui poter scegliere. A turno si presenteranno e potranno dire i loro gusti e cos'hanno scelto.
 3. Cibi...amoci d'arte: Il primo laboratorio sarà la lettura della fiaba di Tolstoj "La rapa Gigante". La fiaba stimola la curiosità a scoprire e gustare cibi diversi, a scoprire l'origine e il significato di tanti modi di dire legati a verdura e frutta.
 4. I giochi di una volta: verranno realizzati dei giochi tradizionali, riprodotti dal passato e sostenibili sotto il profilo ambientale ed economico.
 5. Giochi tradizionali, come "la campana", ma prima di svolgere l'azione dell'inizio di un turno (es. lanciare il sassolino) raccontare di sé stessi e dire il proprio nome
- Dopo le attività di presentazione, si proseguirà con altri giochi tradizionali come ruba la bandiera, palla avvelenata, ecc... per far stringere amicizia tra i bambini
6. Quali sono i pasti principali della giornata?: Attività sui 3 pasti principali + merenda e spuntino al fine di comprendere l'importanza di assumere le energie e i nutrienti necessari. Verrà dato ai partecipanti un "NutriMetro" cioè poster composto da informazioni nutrizionali dei principali alimenti della piramide alimentare e l'apporto calorico necessario alla crescita, in base all'età dei bambin*.
 7. Pranzo
 8. Visita guidata presso la bottega "Ceramiche D'Aniello" – alla scoperta dell'argilla e realizzazione guidata di una tazza in argilla per la colazione che potrà essere portata a casa. La realizzazione della



tazza, costituisce un passo importante per la comprensione e sviluppo delle proprie abilità, anche manuali.

9. Rientro in struttura e compilazione del diario di campo: sarà suddiviso nelle tematiche sopra citate (conoscenza di sé, conoscenza del posto, ecc) ed ogni giorno troveranno un'alternativa sostenibile da cui potranno trarre spunto una volta tornati a casa, dalla propria famiglia.

10. Partenza dei partecipanti

Obiettivi delle attività:

- creare gruppo e far sentire a proprio agio ogni componente, creare un clima accogliente;
- conoscenza e presa di coscienza dei propri gusti alimentari;
- far assaggiare alimenti "diversi" da quelli abituali, per emulazione degli altri bambini*;
- conoscenza delle fonti energetiche presenti negli alimenti;
- importanza dei 5 pasti giornalieri partendo da una giusta colazione;
- Oltre a conoscere l'argilla, l'obiettivo principale di lavorarla è sviluppare la coordinazione oculo manuale. La coordinazione oculo-manuale è la capacità di integrare la percezione visiva e l'azione delle mani, per compiere azioni di diversi gradi di complessità. Senza la coordinazione occhio-mano, ci sarà una incisione significativa sulla performance scolastica e sulla motivazione ad apprendere in quanto sarà necessario fare un grande sforzo per scrivere, a scapito dei contenuti.

Giorno 2 / STILE DI VITA SANO – ALIMENTAZIONE E MOVIMENTO

1. Ritrovo dei bambini*;
2. Prima colazione insieme;
3. Cibi...amoci d'arte: il laboratorio del giorno mira alla scoperta dell'arte dello Yoga o della ginnastica dolce in natura.
4. Durante la giornata si terranno dei mini corsi sportivi tenuti da volontari esperti ed educatori dell'Associazione sportiva "AllenaMenti" tra cui: imparare ad andare in bicicletta, taekwondo, basket, difesa personale, danza;
5. Pranzo;
6. Componi il tuo pranzo - gara sulla creazione del piano alimentare più sano e bilanciato;
7. Come si crea una piramide alimentare?
8. Semaforo della buona alimentazione - associare gli alimenti al colore del semaforo in base alla frequenza con la quale si dovrebbero assumere: rosso per gli alimenti che dovrebbero essere consumati abitualmente, giallo per quelli che si possono mangiare qualche volta, verde per i più sani;
9. Esperimenti per il riconoscimento dei macronutrienti



10. compilazione del diario di campo: sarà suddiviso nelle tematiche sopra citate (conoscenza di sé, conoscenza del posto, ecc) ed ogni giorno troveranno un'alternativa sostenibile da cui potranno trarre spunto una volta tornati a casa, dalla propria famiglia.

11. Partenza dei partecipanti

Obiettivi:

- Conoscenza dei macro e micro nutrienti;
- Conoscenza della piramide alimentare;
- Conoscenza di sé attraverso lo sport.
- Conoscenza di attività sportive

Giorno 3 / CIBO, TERRITORIO E TRADIZIONI:

1. Ritrovo dei bambini*;
2. Prima colazione insieme;
3. Cibi...amoci d'arte: libera rappresentazione, su un foglio, di frutti e verdure scelti in base alle preferenze personali di ogni bambino*. Dopo il lavoro singolo, i bambini* verranno raggruppati per realizzare composizioni in versioni cromatiche diverse, secondo la filosofia della Pop Art, decidendo insieme gli accostamenti di colore fra figura e sfondo per realizzare composizioni ritmiche e decorative
4. "Dal campo di grano al chicco...alla farina...ai prodotti da forno!" – Laboratorio del pane presso Masseria Coppa: Quanto è importante un chicco di grano? Da questa domanda si sviluppa, assieme ai ragazzi, un percorso attivo che parte dalla storia del grano, passando per la sua maturazione, lavorazione in farina ed infine trasformazione in prodotti da forno;
5. Pranzo a sacco con cibi del posto (km0) e della tradizione locale;
6. Trekking guidato in Alta Murgia: con guida ambientale escursionistica si svolgerà questa passeggiata volta alla conoscenza del paesaggio, della flora, della fauna e della storia del territorio all'interno della Foresta Mercadante sita nei pressi della Masseria Coppa.
7. Suoni e musica della natura: Per i bambini, che sin dalla tenera età sono inondati ogni giorno da numerosissimi stimoli visivi e uditivi, le esperienze a contatto con la natura rappresentano un importante momento di riequilibrio. Oltre a questi momenti mirati al rallentamento dei ritmi frenetici della quotidianità, la natura e i suoi rumori forniscono l'opportunità di affinare l'udito, aumentare la concentrazione e allenare la pazienza
8. compilazione del diario di campo: sarà suddiviso nelle tematiche sopra citate (conoscenza di sé, conoscenza del posto, ecc) ed ogni giorno troveranno un'alternativa sostenibile da cui potranno trarre spunto una volta tornati a casa, dalla propria famiglia.
9. Rientro in struttura e partenza dei partecipanti;



Obiettivi:

Stemperare i confini fra la campagna e la tavola, creando un filo conduttore fra prodotto, processo di trasformazione e consumo;

Allenare i sensi alla natura;

Allenare al movimento;

Giorno 4 / MENS(A) SANA - CIBO ED EMOZIONI

1. Ritrovo dei bambin*;

2. Prima colazione insieme;

3. Cibi...amoci d'arte: il laboratorio consiste nell'esprimere le sensazioni suscitate dalla visione delle "Le quattro stagioni" di Arcimboldo, attraverso il suono e la sua riproduzione. Verranno così realizzati accompagnamenti ritmici e musicali

4. Visita alla Masseria Chinunno e partecipazione al Percorso ad ostacoli sugli alberi: tra cielo e terra di Murgia, realizzato in un bosco di proprietà, per bambini, ragazzi e adulti. Si parte alla volta della meravigliosa avventura sugli alberi, assistiti da esperti istruttori, equipaggiati con imbragatura, caschetto, moschettoni e carrucola. Il percorso è caratterizzato da avventurosi passaggi sugli alberi che garantiscono divertimento, emozioni, avventura e natura.

5. Giro a cavallo: La passeggiata a cavallo avrà una durata di circa 30 minuti e si snoderà all'interno di un piccolo parco. I bambin* potranno godere della tranquillità e dell'aria pulita che solo un paesaggio naturale come quello dell'Alta Murgia può offrire.

6. Pranzo a sacco

7. Rientro in struttura e Laboratorio dei sensi: Dopo aver sorteggiato le squadre, i ragazzi si sfideranno in una battaglia all'ultimo gusto. Seduti a tavola, essi verranno bendati e davanti a loro verrà messo di volta in volta un alimento diverso che potranno toccare, assaporare, annusare, persino ascoltare, ma non vedere! Ad ogni alimento indovinato, ogni squadra guadagnerà una stellina da inserire nella game board

8. compilazione del diario di campo: sarà suddiviso nelle tematiche sopra citate (conoscenza di sé, conoscenza del posto, ecc) ed ogni giorno troveranno un'alternativa sostenibile da cui potranno trarre spunto una volta tornati a casa, dalla propria famiglia.

9. Partenza dei partecipanti

Obiettivi:

Stimolare i ragazzi a utilizzare sensi come la vista, l'udito, l'olfatto, il tatto per riuscire ad orientarsi e riuscire ad osservare l'ambiente con occhi diversi acquisendo nuova coscienza naturalistica Sviluppare le capacità sensoriali dei ragazzi e guidarli alla scoperta di nuove percezioni.



Giorno 5 / CIBO E SOSTENIBILITA':

1. Ritrovo dei bambini*;
2. Prima colazione insieme;
3. Cibi...amoci d'arte: dopo la proiezione di "Cesti di frutta" di Arcimboldo, i bambini* potranno realizzare le loro opere scegliendo tra gli alimenti messi a disposizione quelli che ritengono essere di origine locale. Delle opere realizzate, verranno scattate delle foto che andranno in mostra alla fine del campo.
4. Laboratorio sul km0: il laboratorio sarà un'introduzione all'attività esterna successiva. Il laboratorio consiste nella "ruota della stagionalità", disegni della frutta e verdura da colorare e collocare nella corretta posizione. Introduzione dei significati dei prodotti premianti la vicinanza, territorialità e qualità (ad. es. BIO, DOP, Km0, IGP, etc.)
5. Visita alla masseria colicello per il percorso L'ORTO E IL FRUTTETO BIOLOGICO: Percorso di conoscenza del processo di coltivazione e trasformazione biologica degli ortaggi e frutta fondata sul rispetto della natura e dei suoi ritmi e sul ricorso a concimi naturali o a trattamenti a base di elementi vegetali, volti a evitare ogni forma di contaminazione dell'ambiente. Questa attività prevede la possibilità di trasformare la frutta in confettura e gli ortaggi in sott'oli.
6. Pranzo
7. "Il piccolo popolo laborioso" – Polvino: Le api forniscono servizi di impollinazione essenziali per le piante. Il mantenimento della diversità vegetale supporta altri servizi ecosistemici essenziali, tra cui aiutare a regolare il clima, purificare l'aria e l'acqua, costruire il suolo e riciclare i nutrienti. Senza le api gli ecosistemi sono a rischio. Il percorso "Il piccolo popolo laborioso" è un laboratorio incentrato sull'introduzione all'apicoltura e sui prodotti alimentari quali il miele.
8. Spike It: Partita di beach volley a squadre. Verranno inizialmente spiegati i fondamentali della pallavolo e successivamente, una volta formate le squadre, si darà avvio al gioco vero e proprio. Le squadre si sfideranno a rotazione in mini-set da 15 punti.
9. compilazione del diario di campo: sarà suddiviso nelle tematiche sopra citate (conoscenza di sé, conoscenza del posto, ecc) ed ogni giorno troveranno un'alternativa sostenibile da cui potranno trarre spunto una volta tornati a casa, dalla propria famiglia.
10. Partenza dei partecipanti

Obiettivi:

- educare al rispetto della natura, all'agricoltura sostenibile e alla sana alimentazione.
- Sensibilizzare ad un'alimentazione che sia sostenibile per il nostro pianeta e fonte di benessere per gli individui.
- Stimolare l'attenzione e la vivacità dei ragazzi, per far sviluppare loro le capacità motorie, la coordinazione e la fluidità di movimento necessarie nello sport come nella vita di tutti i giorni.
- Con un approccio diretto e multi-sensoriale, i giovani ospiti impareranno non solo come è organizzato



un alveare ma anche a conoscerne i prodotti (sapori, odori e utilità), ad apprezzare la funzione ecologica ambientale delle api, ad essere dei consumatori responsabili;

-Scegliere i prodotti con ridotto apporto di sostanze chimiche e orientare gli studenti a preferire l'aspetto ecologico di un prodotto

Giorno 6 / IO, IL CIBO E GLI ALTRI - CULTURE DIVERSE:

1. Ritrovo dei bambin*;
2. Prima colazione insieme;
3. Cibi...amoci d'arte: il laboratorio consiste nell'ascolto di canzoni e musiche provenienti da altri territori. I bambin* dovranno realizzare dei disegni dei cibi che, secondo loro, provengono dal paese di origine della musica.
4. Laboratorio di conoscenza dell'altro e di comprensione e accettazione della diversità;
5. I cibi dal Mondo: i bambini compiranno un viaggio a ritroso nel tempo e a spasso per il mondo. Infatti, l'attività guiderà i bambin* alla scoperta della reale provenienza di quei cibi che, grazie al commercio a livello globale e alla compresenza di più etnie in un territorio, fanno ormai parte del nostro quotidiano. Attraverso le Schede Alimento, potranno poi conoscere la vera provenienza del cibo analizzato.
6. Il giro del mondo dei sapori: Il momento del pasto può essere l'occasione per incontrare culture diverse e scoprire sapori nuovi pertanto l'attività consisterà nella preparazione di un pranzo multietnico, insieme agli ospiti del Progetto SPRAR/SAI della Cooperativa Oasi 2;
7. Pranzo;
8. Attività di nuoto in acque libere;
9. compilazione del diario di campo: sarà suddiviso nelle tematiche sopra citate (conoscenza di sé, conoscenza del posto, ecc) ed ogni giorno troveranno un'alternativa sostenibile da cui potranno trarre spunto una volta tornati a casa, dalla propria famiglia.
10. Rientro in struttura e partenza dei partecipanti

Obiettivi:

- Conoscere la cucina del proprio territorio e del mondo. Riscoprire i sapori, le tradizioni, le ricette tipiche. Stimolare la curiosità ed allargare gli orizzonti del personale gusto e verso le altre culture, trovare i punti di contatto tra le altre culture e la dieta mediterranea.
- Comprendere come la diversità individuale sia importante e necessaria per la sopravvivenza di tutti gli esseri viventi, compreso l'uomo



Giorno 7 ALIMENTI E SICUREZZA:

1. Ritrovo dei bambini*;
2. Prima colazione insieme;
3. Cibi...amoci d'arte: a seguito della proiezione delle nature morte di Van Gogh, i bambini* dovranno ricostruire dei puzzle di alcuni tra i dipinti più conosciuti del pittore e riprodurre uno
4. Visita allo stabilimento produttivo Pastificio Attilio Mastromauro Granoro s.r.l. sito in Corato (BA) al fine di comprendere i processi di trasformazione degli alimenti e le innovazioni tecnologiche e ecologiche nel settore agroalimentare;
5. Pranzo;
- a6. Esperimenti e laboratori sulla sicurezza alimentare ed igiene in campo alimentare;
7. Visita ad un supermercato per comprendere come fanno gli alimenti ad arrivare nelle nostre case: i partecipanti apprenderanno le modalità di trasporto, le tecniche basilari sulla preparazione e conservazione degli alimenti, al corretto ed accurato lavaggio delle mani e degli utensili di cucina, soprattutto quando utilizzati per tagliare cibi diversi; la conservazione dei cibi freschi in frigorifero, protetti da pellicole e contenitori per alimenti, l'importanza delle informazioni contenute sulle etichette.
8. Presentazione dei diari e delle "opere" realizzate dai bambini e loro condivisione con le famiglie.
9. Festa finale con attività legate al progetto.

Obiettivi:

- L'obiettivo delle visite è poter osservare in maniera diretta la produzione di farina e pasta partendo dalle materie prime che vengono sottoposte a macinazione e successiva lavorazione, fino al prodotto finito -
- Conoscere le norme igieniche relative alla conservazione degli alimenti
- aumentare la conoscenza sulle infezioni ed intossicazioni alimentari; informare i bambini sulla corretta preparazione e conservazione degli alimenti, riducendone i rischi