Educare al gusto a scuola?

Autore: Patrizia Bertoncello
Fonte: Big

Esperienze sensoriali e degustazioni con la classe aiutano i bambini a superare le diffidenze alimentari. Proponiamo la testimonianza di una maestra di scuola primaria, tratta dal primo inserto per educatori, tratto dal numero di giugno di Big, il giornalino per bambini in gamba di Città Nuova

Non è facile **educare al gusto a scuola** e non sempre il servizio di refezione scolastica aiuta in questo! Frequentemente mancano spazi adeguati e alternativi all'aula e bisogna sapersi destreggiare tra tutela dei bambini affetti da allergie e norme sulla sicurezza da rispettare. Ma è molto **importante intraprendere percorsi di educazione alimentare** e di educazione al gusto con gli alunni. Il condurre esperienze in gruppo, il riflettere insieme a partire dal fare, dalle esperienze sensoriali, dal degustare con i coetanei, dal realizzare a piccoli gruppi delle ricette, sono una fortissima spinta per i bambini ad avvicinarsi agli alimenti senza diffidenza e a scoprirne sapori e caratteristiche nutritive.

Approfittando del vasto interesse suscitato dall'**Expo 2015**, anche nel mio istituto scolastico abbiamo progettato un percorso
di educazione alimentare. Nella mia classe il focus è stato su frutta e verdura ed è difficile raccontare l'entusiasmo con cui i bambini si sono coinvolti nelle varie attività proposte. I bambini sono stati guidati a gustare frutti e ortaggi, a scoprirne le caratteristiche, a conoscerne l'origine, l'utilizzo sulle nostre tavole, ad apprenderne le proprietà specifiche e infine a realizzare
semplici ricette da degustare insieme.

Abbiamo anche lanciato l'iniziativa "**merende sane**", stabilendo insieme i nostri menù per i momenti di pausa, e le "gare di assaggio estremo", dove abbiamo sperimentato sapori e abbinamenti tra alimenti diversi e sconosciuti e degustato le marmellate fatte dalle nonne per scoprirne gli ingredienti nascosti e le procedure di cottura. Insomma, vere e proprie feste per le papille gustative in un tripudio di aromi e colori. Risultato? Un affinamento e una consapevolezza delle proprie scelte alimentari non solo nella direzione di una crescita sana ed equilibrata, ma anche nel rispetto del proprio gusto personale e di quello degli altri.

Vuoi abbonarti a Big o ricevere informazioni? Clicca qui o scrivi ad: abbonamenti@cittanuova.it.