



**COMUNE DI LAMA MOCOGNO PROVINCIA DI MODENA**

**UFFICIO SERVIZI SOCIO CULTURALI Tel. 0536343568 Fax 0536343570**

Via XXIV Maggio, 4 - 41023 LAMA MOCOGNO

e-mail: [istruzione@comune.lamamocogno.mo.it](mailto:istruzione@comune.lamamocogno.mo.it)

[sociale@comune.lamamocogno.mo.it](mailto:sociale@comune.lamamocogno.mo.it)

\*\*\*\*\*

## ***Progetto di Comunità Comuni di Lama Mocogno e Polinago***

**Programma Attività a.s. 2016/2017**

### **Asili Nido – Scuole dell’Infanzia**

<p><b><u>Attività Scuole Infanzia</u></b></p> <p><b>Promozione sana alimentazione</b></p>	<p><b><u>LAMA MOCOGNO</u></b></p> <p><b><u>Le attività coinvolgono tutte le sezioni , totale 56 alunni</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Colazione con frutta e verdura</li> <li>• Laboratori del gusto per conoscenza dei frutti di stagione e delle loro caratteristiche .</li> <li>• Laboratori di cucina con la frutta per la preparazione di spremute, tortine, macedonia, marmellate..</li> <li>• Laboratori di cucina per la preparazione di dolci–regalo in occasione di Natale, festa del Papà, festa della Mamma, Pasqua, come idea di sane merende da riproporre a casa.</li> <li>• Giochi, letture e drammatizzazioni sull'alimentazione.</li> <li>• Spettacolo teatrale “Buon appetito”</li> <li>• Uscite in fattoria con diversi percorsi in base all'età (I° sez. “Il burro”, II° sez. Il pane”, III° sez. “Le crescentine”)</li> <li>• Attività per la conoscenza del valore nutritivo degli alimenti e l'importanza di una alimentazione equilibrata con comprensione della piramide alimentare e sua realizzazione in particolare da parte degli alunni di 5 anni.</li> </ul> <p>Avendo riscontrato l'utilizzo frequente di snack e merendine di produzione</p>
---	--

<p><b>Promozione sana alimentazione</b></p> <p><b><u>Attività Scuole</u></b> <b><u>Infanzia</u></b></p>	<p>industriale, si cercherà di proporre merende più sane ed equilibrate , da preparare in famiglia.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Incontro informativo/formativo sulla sana alimentazione nella crescita dei bambini e sulla lettura consapevole delle etichette dei prodotti che giungono sulle nostre tavole. Mercoledì 24 Maggio 2017 ore 20.30</li> </ul> <p><b><i>E' una questione di etichetta: sapere leggere le etichette degli alimenti per una spesa consapevole</i></b></p> <p>Dott. Alberto Tripodi Responsabile U.O.S. Nutrizione Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione AUSL di Modena</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Festa di fine anno sul tema dell'alimentazione con giochi e canzoni</li> </ul> <p>*****</p> <p><b><u>POLINAGO :</u></b></p> <p>(le attività coinvolgono entrambe le sezioni)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Colazione con frutta e verdura</li> <li>• Preparazione, nel periodo natalizio, di un dolce artigianale come dono per le famiglie.</li> <li>• Preparazione, nel periodo di Carnevale di frullati e/o spiedini di frutta.</li> <li>• Compilazione quotidiana del “merendometro”: chi mangia più frutta e verdura?</li> <li>• Giochi, letture e drammatizzazioni sull'alimentazione.</li> <li>• Spremute di frutta in sezione.</li> <li>• Degustazione in sezione dei principali sapori attraverso esperienze pratiche ( dolce, salo, aspro, ecc.).</li> <li>• Realizzazione della piramide alimentare.</li> <li>• Laboratori di cucina nei diversi momenti dell'anno.</li> </ul>
<p><b>Promozione attività motoria</b></p> <p><b><u>Attività Scuole</u></b> <b><u>Infanzia</u></b></p>	<p><b><u>POLINAGO</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Progetto “Psicomotricità”: a cadenza settimanale l'esperto esterno svolgerà attività motorie e danze ( 1^ e 2^ sez)</li> <li>• Passeggiate nel territorio</li> </ul> <p><b><u>LAMA MOCOGNO</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Attività psicomotorie in tutte le sezioni svolte in palestra e nel cortile anche con il supporto di un'insegnante del plesso diplomata ISEF.</li> <li>• Passeggiate nei dintorni della scuola e uscita alle Piane di Mocogno con percorso nel bosco.</li> <li>• Festa di fine anno con giochi motori che coinvolgono bambini e genitori</li> <li>• Tutti i bambini verranno stimolati all'attività fisica sottolineando l'importanza per lo sviluppo psico-fisico della persona</li> </ul>

---

## Attività Scuola Primaria

### Promozione sana alimentazione.

#### PRIMARIA POLINAGO :

TUTTE LE 5 CLASSI:

- Progetto "Piatto in tavola": Insegnanti ed alunni collaborano per rendere il momento del pranzo un'esperienza piacevole e di valenza educativa, cercando di incentivare il consumo di tutti gli alimenti ed evitare lo spreco di cibo.
- Frutta a merenda: consumo della frutta inclusa nel buono mensa al momento della merenda di metà mattina.
- Adesione alla proposta "Frutta nelle scuole", progetto di distribuzione settimanale di frutta e verdura fresca nelle scuole.
- Coinvolgimento di alunni ed insegnanti per l'attivazione di alcune lezioni all'aria aperta; lezioni di storia, geografia, matematica, scienze, italiano all'aperto.

CLASSE 1<sup>^</sup> e 2<sup>^</sup>:

- Alla scoperta di frutta e verdura con i cinque sensi: attività esperienziali per scoprire le caratteristiche dei principali frutti e di alcune verdure.

CLASSE 3<sup>^</sup> :

- la piramide alimentare ( caccia al tesoro di immagini adatte a costruirla)
- caratteristiche e valore della dieta mediterranea
- l'importanza dei micronutrienti
- l'alimentazione nel mondo animale

CLASSE 4<sup>^</sup>:

- la funzione dei diversi nutrienti
- stili di vita e corretta alimentazione

CLASSE 5<sup>^</sup> :

- funzione e cura dell' apparato digerente
- l'assorbimento dei nutrienti
- carenze e squilibri alimentari

\*\*\*\*\*

### Promozione sana alimentazione

#### PRIMARIA LAMA MOCOGNO

- Merenda con frutta al mattino
- Progetto "Mens sana in corpore sano, versione 2.0" (attività di educazione alimentare e motoria) con finanziamento della Fondazione Cassa di Risparmio di Modena, Comune di Lama Mocogno, genitori che prevede:
  - incontri con i genitori e con gli alunni di tutte le classi a scuola di esperti dell'ausl sul tema della sana alimentazione e lettura delle etichette.
  - spettacolo teatrale sull'alimentazione venerdì 3 marzo
- approfondimenti con una madrelingua su alimentazione e salute in lingua inglese.
- Incontro informativo/formativo sulla sana alimentazione nella crescita dei bambini e sulla lettura consapevole delle etichette dei prodotti che

giungono sulle nostre tavole. Mercoledì 24 Maggio 2017 ore 20.30  
**E' una questione di etichetta: sapere leggere le etichette degli alimenti per una spesa consapevole**

Dott. Alberto Tripodi Responsabile U.O.S. Nutrizione Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione AUSL di Modena ,

- Attività inserite nella programmazione di scienze e nel progetto della fondazione Cassa di risparmio di Modena:
  - Classe 1<sup>a</sup>:i nutrienti, esplorazione con i 5 sensi.  
Gli alimenti tradizionali: la crescentina e il formaggio, in particolare il parmigiano reggiano( con laboratorio sulla produzione del formaggio).
  - Classe 2<sup>a</sup>:facciamo la macedonia in classe. La piramide alimentare. Il ciclo delle piante con la semina in classe di semi di fagiolo e attività di immagine con i semi: facciamo frutta e verdura con i semi e con le bucce dei vari frutti.
  - Classe 3<sup>a</sup>:percorso sulla castagna legato alle antiche tradizioni e ai cibi dei nonni con intervento in classe di nonni per commentare diapositive sugli antichi mestieri e cibi caratteristici del territorio in mostra a Lama Mocogno durante la festa del Parmigiano. Mangiamo le mondine con i nonni il giorno di San Martino. Preparazione delle crescentine a scuola. La frutta costruita con la creta e rappresentata con la pasta. Progetto Hera sul riciclaggio;produzione della carta riciclata in classe.
  - Classe 4<sup>a</sup>:la piramide alimentare. La lettura delle etichette.Laboratorio di cucina a scuola con visita alla cucina per osservare tutte le fasi di preparazione di un pasto completo per analizzarlo dal punto di vista nutrizionale.
  - Classi 5<sup>a</sup>:Lettura delle etichette.  
Classificazione delle sostanze nutritive in base alla funzione che svolgono; calcolo delle calorie per un pasto equilibrato: l'importanza della frutta e della verdura per una dieta equilibrata.  
Alcune tradizioni alimentari come elementi d'identità culturali( tipicità di alcuni prodotti delle regioni italiane.  
Tutte le classi produrranno cartelloni, foto e/o manufatti da utilizzare per la festa della scuola e poi il prossimo anno per allestire una mostra per la festa del parmigiano reggiano.

\*\*\*\*\*

## Promozione attività motoria

### PRIMARIA LAMA MOCOGLIO

- Progetto "Mens sana in corpore sano, versione 2.0" (attività di educazione alimentare e motoria) Finanziamento Fondazione Cassa di Risparmio di Modena, Comune di Lama Mocogno, genitori che prevede 8 lezioni per classe di multisport con l'esperto Andrea Lami in palestra (116 alunni);
  - Corso di sci alle Piane di mocogno per le classi 3<sup>a</sup> e 4<sup>a</sup>(40 alunni)
  - Giornata sulla neve alle Piane(o parco giochi o ciaspolata) per le classi che fanno piscina o altre attività sportive diverse dallo sci.
  - Corso di acquaticità o nuoto per la classe 1<sup>a</sup> e 2<sup>a</sup>(45 alunni) nella piscina dell'hotel "Villa Clorè" a Lama Mocogno
  - Partecipazione della classe 5<sup>a</sup>C ai giochi studenteschi di Coscogno
  - Adesione al Progetto " Sport di classe" finanziato dal CONI che prevede l'intervento di un esperto di Ed. Fisica durante le attività in palestra
  - Corso sport tradizionali per la classe 5<sup>a</sup> ai treppi della ruzzola a Lama a primavera
  - Progetto "Riciclandino" con Giornata ecologica
  - Festa dello sport
- Festa della scuola con giochi e attività legate al progetto alimentazione

**Promozione  
attività motoria**

**POLINAGO**

- Collaborazione con la società FIGeST (Federazione Italiana Gioca Sport Tradizionali) per interventi a scuola con tutte le classi al fine di presentare ed esercitare giochi della nostra tradizione come il lancio del ruzzolone, la piastrella, la campana, le bocce.
- Partecipazione delle classi 4<sup>^</sup> e 5<sup>^</sup> ai giochi studenteschi di Coscogno
- Adesione al Progetto “ Sport di classe” finanziato dal CONI che prevede l'intervento di un esperto di Ed. Fisica durante le attività in palestra.
- Progetto di continuità con la scuola secondaria di primo grado: per tutto l'anno scolastico gli alunni di classe 4<sup>^</sup> e 5<sup>^</sup> svolgeranno le attività di Ed. Fisica insieme alla classe 1<sup>^</sup> secondaria di 1° grado.

\*\*\*\*\*

**Attività Scuola Secondaria di I grado**

**Promozione sana  
alimentazione**

**POLINAGO**

PROGRAMMA DI SCIENZE E DI TECNOLOGIA:

- I principi nutritivi e la funzione degli alimenti
- Proprietà nutritive, cicli di produzione e conservazione
- L'etichetta alimentare
- Regole di una sana e corretta alimentazione: la piramide alimentare, la dieta mediterranea e le diete
- I disturbi alimentari (anoressia e bulimia).
- Peso, sovrappeso e obesità
- Calcolo dell'apporto calorico degli alimenti, o di una razione alimentare
- Le calorie e il fabbisogno energetico (fabbisogno calorico giornaliero)

Gli organi dell'apparato digerente.

.....

**Promozione  
attività motoria**

**POLINAGO**

PROGRAMMA DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

TEORIA:

- Cibo, corpo, salute
- Massa magra-massa grassa
- L'alimentazione dello sportivo
- Il movimento come stile di vita
- Uno stile di vita attivo
- Movimento per prevenire le malattie: il sovrappeso e l'obesità.

PRATICA

- Lezioni curricolari
- Il gruppo sportivo extrascolastico
- Partecipazione a:
  - giochi sportivi studenteschi
  - corsa campestre d'istituto e altre manifestazioni sportive
  - sport tradizionali
  - sport invernali

### Promozione Sana alimentazione

#### LAMA MOCOGNO

Incontro informativo/formativo sulla sana alimentazione nella crescita dei bambini e sulla lettura consapevole delle etichette dei prodotti che giungono sulle nostre tavole. Mercoledì 24 Maggio 2017 ore 20.30

***E' una questione di etichetta: sapere leggere le etichette degli alimenti per una spesa consapevole***

Dott. Alberto Tripodi Responsabile U.O.S. Nutrizione Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione AUSL di Modena ,

**Gli argomenti previsti dal Progetto "Mani in pasta" per la classe 2^A** sono stati sviluppati nell'ambito della programmazione curriculare dall'insegnante di scienze sulla base del materiale fornito dall'A.U.S.L.,

### Promozione attività motoria

#### LAMA MOCOGNO

- Al fine di ampliare l'offerta formativa curriculare già prevista dalla scuola e per costituire un buon momento di aggregazione extrascolastico; tutte le classi parteciperanno alle attività sportive:

\* **Gruppo Sportivo**, che sarà coordinato dalla Prof. Scienze motorie , con rientro pomeridiani di due ore cad. mesi da gennaio a maggio.

\* Giornata bianca alle Piane di Mocogno prevista per il mese di febbraio per.

\* progetto Sport tradizionali (ruzzolone, piastrella freccette) . c/o treppi di Lama Mocogno

\*corsi di avviamento alla pratica sportiva "Tennis" c/o campi da tennis impianti sportivi Comunali,

\*Attività teatrale (rivolta agli alunni della cl. 1°) per sviluppare le diverse capacità motorie e relazionali, liberandosi dagli stereotipi motori, sviluppando le capacità attentive e di concentrazione, con il dominio delle soluzioni motorie inadatte e aggressive..

- Tutti gli alunni hanno partecipato alla "Rassegna Parmigiano Reggiano" con attività sportive

## Attività extra scolastiche

### Promozione attività motoria

#### LAMA MOCOGNO

Centro estivo "HAPPY DAYS" rivolto a bambini in età 4-10 anni mese di Luglio metà Agosto.

Pratica di diverse discipline sportive:

- *Acquaticità: giochi nell'acqua/Corsi di nuoto tre mattine la settimana presso centro sportivo "Le Piscine" di Lama Mocogno*
- *Camminate/passeggiate aere verdi del Comune*
- *Alla riscoperta dei giochi di gruppo: Ruba bandiera – la pentolaccia – palla avvelenata...*
- ***I giochi dei nostri NONNI.. giochi tradizionali: lancio del ruzzolone(ino); gioco della piastrella, della Campana e...***
- 

Da diversi anni il Comune collabora con Associazione Sportiva Dilettantistica Sport e Benessere nell'organizzazione del progetto di attività motoria rivolto ai bambini/e di età compresa tra i 5 e i 10 anni. CAS e Mini volley

da realizzarsi durante l'a.s. due volte la settimana nelle strutture sportive Comunali. Il progetto è finalizzato a far acquisire al ragazzo un corretto uso del proprio corpo incentivando lo sviluppo dei principali schemi motori, promuovere lo sviluppo delle capacità coordinative dei bambini, sempre più spesso inespresse a causa di una sedentarietà e staticità della vita di tutti i giorni. Per facilitare la partecipazione dei Bambini il Comune mette a disposizione l'utilizzo della palestra Comunale con relativa attrezzature.

*Inoltre il Comune dà la disponibilità gratuita degli scuolabus per il trasporto degli alunni per le attività sportive:*

- *Partecipazione giochi studenteschi (fondo, atletica, campestre, giochi tradizionali, orienteering) (selezioni di studenti)*
- *Attività sulla neve; corsi di sci o gruppo sportivo settimanale (a classi aperte 40 alunni)*
- *Corsi di nuoto, tutte le classi sc. primaria n. 122 alunni,*
- *Camminate sul crinale e nel territorio comunale (a classi aperte, 40 alunni)*
- *Trekking territorio Parco del frignano e crinale M. Cantiere*
- *Escursioni di conoscenza dell'ambiente (Piane di Mocogno)*
- *Partecipazione manifestazioni Sportive : 2° Trofeo Pinocchio sugli sci –*

#### Organizzazione con gruppi di volontari e società sportive di:

- "Giornata del verde Pulito" (giornata ecologica) organizzata con gli alunni delle scuole in collaborazione con società sportive.
  - "PULIAMO I LUOGHI COMUNI" Giornata ecologica dedicata alla pulizia dei parchi Cl. 4<sup>^</sup>-5<sup>^</sup> alunni sc. primaria e sec.di 1<sup>^</sup> grado.
  - Giornata dello sport: attività sportive, ricreative e gastronomia.
- Rassegna Parmigiano Reggiano 1° week-end di ottobre**
- Alunni Sc. Primaria Secondaria di 1<sup>^</sup> Giochi tradizionali , camminata sui percorsi del territorio

**Camminate Naturalistiche alla scoperta del territorio**  
Organizzate dal Gruppo GEV e Circolo Sociale Belvedere  
di Lama Mocogno

Nel periodo estivo appuntamenti settimanali (Sabato Mattina) percorsi a contatto con la natura: **ambiente cultura tradizione**

Promozione attività  
motoria

.....  
**LAMA MOCOGNO**

*Il Comune di Lama Mocogno avvalendosi della collaborazione del personale dipendente in servizio presso la mensa scolastica promuove, sia durante l'anno scolastico, che in attività extrascolastiche laboratori di alimentazione in quanto ritiene che il cibo e la cucina possono diventare occasioni speciali per mettere in gioco azioni educative in grado di stimolare lo sviluppo psico-fisico del bambino, la sua autonomia, la sua crescita e il suo bagaglio culturale.*

**ATTIVITA' Extrascolatiche**

Centro estivo "HAPPY DAYS" rivolto a bambini in età 4-10 anni.

- Realizzazione di laboratori quali:
  1. "Facciamo la Marmellata" con frutta locale raccolta nei frutteti dei nostri genitori/nonni;
  2. Spiedini di frutta per la nostra merenda
  3. Visita in campagna...alla riscoperta dei frutti antichi : frutti dimenticati da riscoprire;
  4. Laboratorio del pane: preparazione e cottura del pane nel forno a legna - degustazione.
  5. Laboratorio pasta fatta in casa: Farina – uova e....**MATTARELLO!!**
  6. Le fettuccine... le crescentine e...la Pizza!!!
  7. Visita alla fattoria: animali da cortile
  8. L'orto del centro estivo: con la partecipazione/collaborazione dei nonni i bambini coltiveranno un orticello nel parco del polo scolastico.
    - a) sistemazione terreno,
    - b) scelta dei semi e piante da piantare; .....
    - c) raccolta degli ortaggi
- **Rassegna Parmigiano Reggiano 1° week-end di ottobre**
- Alunni sc. infanzia e primaria laboratori didattici: per la nostra merenda....**FRUTTA E.....**
- Alunni sc. sec. di 1° grado illustrazione sui prodotti tipici del ns. territorio
- Distribuzione di merenda a base di frutta e snack Parmigiano Reggiano
- Impariamo a riconoscere la piante aromatiche e gli ortaggi

\*\*\*\*\*



**Promozione attività motoria**

**POLINAGO**

Nella convinzione che lo sport è salute, l'Amministrazione ha concesso il proprio patrocinio per l'uso gratuito della palestra:

- ◆ all'A.S.D. AREA CORSI & PILATES, con sede in Pavullo Nel Frignano – Via Serra di Porto,19 - per attività motoria rivolta alla 3<sup>a</sup> età da attuare presso la palestra scolastica nelle giornate di lunedì dalle ore 11,20 alle ore 12,20 e di venerdì dalle ore 10,30 alle ore 11,30 per il periodo dal 03/10/2016 al 02/06/2017;
- ◆ all'A.S.D. CALCIO POLINAGO, con sede in Polinago – Corso Roma,22 per attività motoria indirizzata a tutte le età da realizzare presso la palestra scolastica nelle giornate di lunedì dalle ore 19,30 alle ore 20,30 e mercoledì e venerdì dalle ore 20,00 alle ore 21,00 per il periodo dal 03/10/2016 al 30/05/2017
- all'A.S.D. CALCIO POLINAGO, con sede in Polinago – Corso Roma, 22 - P. IVA 01942580364 – per l'attuazione di un corso di psicomotricità attraverso il gioco e il divertimento rivolto ai bambini dai 4 ai 10 anni da effettuarsi presso la palestra scolastica tutti i venerdì dalle ore 16,30 alle ore 17,30 per il periodo dal 16/09/2016 al 30/06/2017;

L'Associazione SHO GUN KARATE con sede in Reggio Emilia – Via Terrachini n. 48 è stata autorizzato all'utilizzo oneroso della palestra scolastica per lo svolgimento di attività di allenamento in previsione di competizioni sportive Nazionali e Internazionali di Karate per il periodo dal 03/10/2016 al 30/09/2017 e nelle giornate di

- ◆ Lunedì dalle ore 20,30 alle ore 23,00
- ◆ Giovedì, dalle ore 19,00 alle ore 23.00

L'A.S.D. CALCIO POLINAGO è stata autorizzata, all'uso della Sala Polivalente grande piano seminterrato dell'edificio Scolastico, sito in Polinago Capoluogo - Via Perini – per la realizzazione di corsi didattici di ginnastica posturale, funzionale e a corpo libero, dalle ore 12,00 alle ore 24,00, nel periodo:

- ◆ dal 01/10/2015 al 31/12/2018 per le giornate lunedì e mercoledì

Continua la gestione, da parte dell'A.S.D.CALCIO POLINAGO, degli impianti sportivi, posti nel capoluogo e composti da:

- campo di calcio con annessi spogliatoi;
- n. 1 campo da tennis con annessi spogliatoi;
- n. 1 campo da beach volley con annessi spogliatoio/alloggio/poliambulatorio;
- palazzetto polivalente;
- bocciodromo (n. 2 piste oggetto di recente ristrutturazione);
- pista da ballo;
- struttura in legno attrezzata ad uso cucina;
- campo da calcetto sintetico;
- n. 2 pareti attrezzate per arrampicata;
- campi da piastrella.

L'Associazione organizza anche corsi di calcio con trasporto dei ragazzi.

Sono occasione di divertimento i giochi tradizionali, come: il tiro del ruzzolone, praticabile presso i treppi di "Cuccorosso", o il tiro della piastrella attuabile presso i campi nella località "Il Monte".