

SINTESI DEL LAVORO SVOLTO NEL CORSO PON

MANGIARE BENE PER VIVERE MEGLIO

1° INCONTRO

**INDAGINE SULLE ABITUDINI ALIMENTARI E MOTORIE
DEGLI ALUNNI :**

- SOMMINISTRAZIONE DEL QUESTIONARIO**
- TABULAZIONE DEI DATI**

2° INCONTRO

**INDAGINE SULLE ABITUDINI ALIMENTARI E MOTORIE DEGLI
ALUNNI:**

-ELABORAZIONE DEI DATI

**-RAPPRESENTAZIONE GRAFICA DEI RISULTATI MEDIANTE
ISTOGRAMMI**

LE NOSTRE ABITUDINI ALIMENTARI E MOTORIE



- 1° piatto 🍝 2° piatto 🍷
 3° piatto 🍷 4° piatto 🍷

L'indagine statistica è un processo che si procede di solito in maniera collettiva e non isolata.

LE FASI DELL'INDAGINE STATISTICA

1. Definire lo scopo e la natura dell'indagine
2. Pianificare e realizzare l'indagine
3. Raccolta dei dati
4. Analisi e interpretazione dei dati e risultati
5. Comunicazione dei risultati e loro interpretazione pratica

Lavoro di gruppo Per Mangiare Bene per vivere meglio A.S. 2018-2019

INTERPRETAZIONE DEI RISULTATI DELL'INDAGINE

- SI CONSUMANO MOLTE BEVANDE ZUCCHERATE
- SI CONSUMA POCA FRUTTA E VERDURA
- SI PRATICA MOLTA ATTIVITA' SEDENTARIA
- NON TUTTI GLI ALUNNI FANNO LA COLAZIONE
- NON MOLTI ALUNNI PRATICANO ATTIVITA' FISICA MODERATA
QUOTIDIANAMENTE

3° INCONTRO

**-ANALISI DELLA PIRAMIDE DEL BENESSERE
PSICO-FISICO**

**-VISIONE DEL FILM-DOCUMENTARIO “SUPERSIZE
ME”<https://www.youtube.com/watch?reload=9&v=juH072khssA>**

La Piramide dello stile di vita Wellness®

Le componenti fondamentali del Wellness® sono una regolare attività fisica, una sana alimentazione e un approccio mentale positivo.



APPROCCIO MENTALE

4° INCONTRO

-PERCHE' MANGIAMO

- SUDDIVISIONE DEI PRODOTTI ALIMENTARI (ETICHETTE)
IN GRUPPI DI ALIMENTI

5° INCONTRO

- LE INFORMAZIONI RICAVABILI DALLE ETICHETTE ALIMENTARI
- I PRODOTTI TIPICI(IGP E DOP)

I prodotti tipici dell'Emilia Romagna

This collection of informational cards and photos displays various typical products from Emilia Romagna. The items include:

- Balsamic Vinegar:** Cards for Balsamico Tradizionale di Modena DOP and Balsamico di Modena DOP, accompanied by a bottle of balsamic vinegar.
- Prosciutto:** Cards for Prosciutto di Parma DOP and Prosciutto di San Daniele DOP, with a photograph of a prosciutto ham.
- Cheese:** Cards for Parmigiano Reggiano DOP, Gorgonzola DOP, and Fontina DOP, with a photograph of a wedge of Parmigiano Reggiano.
- Meat:** Cards for Mortadella Bologna DOP, Coppa di Parma DOP, and Coppa di Modena DOP, with a photograph of a mortadella.
- Other Products:** Cards for Aceto Balsamico di Modena DOP, Aceto Balsamico Tradizionale di Modena DOP, and Aceto Balsamico di Modena DOP, with a photograph of a bottle of balsamic vinegar.

6° INCONTRO

- INDICE DI MASSA CORPOREA (IMC)
- REALIZZAZIONE SU GOOGLE PRESENTAZIONI DI UN LAVORO DIGITALE SULLE ATTIVITA' SVOLTE NEL CORSO PON