**MUSICA E CIBO**

 **UN APPROCCIO MULTISENSORIALE**

 **PROGETTO MULTISENSORIALE E SINESTESICO FRA I CINQUE SENSI**

**PREMESSA**

**L’esigenza di un apprendimento multisensoriale e quindi di un progetto che indaghi i cinque sensi e le loro interazioni nasce dalla constatazione che sempre maggiormente vengono stimolati il senso della vista e quello dell’udito a scapito degli altri di cui siamo dotati. Potrebbe verificarsi un decremento della loro piena percezione nel futuro. Le neuroscienze si sono molto occupate di multisensorialità; in particolare prendiamo qui in considerazione due elementi: musica e gusto; la loro analisi ha visto la nascita di una nuova scienza, la neurogastronomia. Ascoltare musica dal ritmo veloce come il jazz, per esempio, sembra che intensifichi la piacevolezza del gusto del cioccolato.**

**Nel contempo, approfondendo lo studio neuroscientifico, nasce il desiderio di far conoscere ai giovani tutti gli aspetti del suono, i suoi effetti sul nostro cervello e i danni che provoca l’eccesso dei suoi parametri cui spesso si assiste inconsapevolmente nella quotidianità.**

**Molti studi sull’elemento sonoro hanno dimostrato quanto una musica ad alto volume e dal ritmo incalzante aumenti il consumo di bevande e di cibi. Il volume troppo alto restringe anche lo spazio di visione occludendo le parti laterali. Il cervello innesca una forma di protezione e riduce il campo visivo. Da qui nasce l’esigenza di far conoscere alle nuove generazioni tutti gli effetti di un suono agli eccessi affinché nasca in loro la consapevolezza di ciò che accade in discoteca e del perché ci sia sempre una musica tanto alta atta a intensificare i consumi.**

**OBIETTIVI:**

* **Riconoscere i cinque sensi e verificarne le loro interazioni (un cibo preso con le mani è più gustoso dello stesso assunto con la forchetta? Chiudendo il naso o/e le orecchie percepiamo lo stesso gusto? Il profumo di un piatto quanto incide sul sapore, sulla memoria di un sapore? Associando una musica, migliora il sapore? Ecc…)**
* **Aumentare la consapevolezza della propria esistenza e delle proprie potenzialità attraverso esperienze sensoriali significative**
* **Migliorare la memoria e l’apprendimento**
* **Migliorare la socialità: Il metodo che non prevede il linguaggio verbale rappresenta una didattica inclusiva e integrativa. I bimbi con difficoltà potranno godere di una condivisione più attiva con i compagni**
* **Riconoscere i propri gusti alimentari in modo giocoso e creativo**
* **Avvicinare i bambini alla scienza dell’alimentazione e della nutrizione attraverso l’esperienza sensoriale gustativa**
* **Educare alla consapevolezza degli effetti dell’eccesso dei parametri del suono anche nella fruizione quotidiana per esempio attraverso l’ascolto in cuffia**

**DESTINATARI:**

* **Bimbi che frequentano il terzo anno della Scuola d’Infanzia**
* **Alunni della Scuola Primaria**
* **Alunni della Scuola Media per quanto riguarda la consapevolezza degli effetti del suono, da cura per l’anima, animazione di ogni festa, gioia e condivisione sociale quotidiana a pericolosità per la salute e la sicurezza della vita.**
* **Gli insegnanti affinché siano interessati alla tematica e possano contribuire all’educazione al suono e sensibilizzare all’inquinamento acustico**
* **Si auspica un percorso interdisciplinare che interessi varie materie (scienze, musica, educazione all’ambiente, educazione alimentare, storia del costume…)**

**METODOLOGIA:**

* **Gli strumenti utilizzati sono ludici e partono dal corpo. Nei bimbi piccoli i sensi sono spesso interscambiabili, ascoltano col corpo… Crescendo c’è una specializzazione delle parti del cervello dedicate a ognuno di essi, ma spesso c’è interscambiabilità anche inconsapevole**
* **Aula dedicata con pochi stimoli per focalizzare l’attenzione, la concentrazione sui sensi interessati e per favorire la percezione dell’ambiente e del contesto in cui si agisce**
* **Proposta di consumare una merenda uguale per tutti suddivisa in più assaggi coinvolgendo di volta in volta il tatto, l’udito, la vista per riconoscere un eventuale miglioramento del gusto in presenza di più sensi interessati**
* **Sperimentazione sinestesica mediante l’ assunzione di cioccolato in presenza di una musica amata. A tale scopo si tenterà di coinvolgere nel progetto una fabbrica di cioccolato genovese che fornirà la materia prima.**

**DURATA**

**Incontri di 40’ …………………………………**

**TEORIA DI RIFERIMENTO:**

**“ Teoria delle intelligenze multiple” di Gardner: è noto come l’integrazione tra i sensi avviene nel cervello a livello neuronale (Il movimento delle labbra può attivare la corteccia uditiva anche in assenza di stimoli uditivi).**

**Le esperienze sensoriali sono viste in una prospettiva multi sensoriale e olistica.**

**Gordon M. Sheperd, *All'origine del gusto. La nuova scienza della neuro gastronomia***

**Giovanna Dellacasagrande, *Musica e cibo, un approccio multisensoriale***

**(saggio a disposizione dei docenti)**

**VERIFICA**

**La verifica sarà costante in itinere, tramite il colloquio con i docenti e con le famiglie se vorranno incontrare la conduttrice del laboratorio. Saranno stilati protocolli d’osservazione a ogni incontro.**

**Si chiede ai genitori una dichiarazione di eventuali intolleranze alimentari dei propri bambini.**

**Giovanna Dellacasagrande, musicoterapeuta**

**Genova, Gennaio 2025**