

Orario A.S. 2025/26 Scuola Primaria di FICULLE ORARIO DEFINITIVO							
	ORARIO		PLURICLASSE		CLASSE	PLURICLASSE	
			IA	IIA	IVA	IIIA	VA
L U N E D Ì	1° ora *	8:10 - 9:10	Italiano <i>Frosoni</i>	Motoria <i>Ponziani</i>	Matematica <i>Di Girolamo</i>	Motoria <i>Ponziani</i> <i>Tardiolo S1</i>	Matemati ca <i>Costolino</i>
	2° ora	9:10 - 10:00	Italiano <i>Frosoni</i>	Italiano <i>Graziani</i>	Matematica <i>Di Girolamo</i>	Ita/Mat Potenziato <i>Ponziani</i> <i>TardioloS1</i>	Matemati ca <i>Costolino</i>
	3° ora	10:00 - 10:15	Intervallo				
		10:15 - 11:10	Italiano <i>Frosoni</i>	Matematic a <i>Graziani</i>	Inglese <i>Ponziani</i>	Italiano <i>Carletti</i> <i>Tardiolo S1</i> <i>Da Col S2</i>	Motoria <i>Di</i> <i>Girolamo</i>
	4° ora *	11:10 - 12:10	Motoria <i>Di</i> <i>Girolamo</i>	Tecnologia <i>Ponziani</i>	Italiano <i>Frosoni</i>	Tecnologia <i>Ponziani</i> <i>Tardiolo S1</i> <i>Da Col S2</i>	Italiano <i>Carletti</i>
	5° ora	12:10 - 13:10	Mensa				
			Pompili		Carletti	Da Col	Carletti
	6° ora	13:10 - 14:10	Gioco				
			Pompili		Carletti	Da Col	Carletti
	7° ora	14:10 - 15:10	Scienze <i>Graziani</i> <i>Pompili</i> <i>(supporto inclusivo)</i>		Geografia <i>Frosoni</i>	Inglese <i>Ponziani</i> <i>Da Col S2</i>	Inglese <i>Carletti</i>
	8° ora	15:10 -	Scienze <i>Graziani</i>		Geografia <i>Frosoni</i>	Inglese <i>Ponziani</i> <i>Da Col S2</i>	Inglese <i>Carletti</i>

		16:10				
--	--	-------	--	--	--	--

	ORARIO		PLURICLASSE		CLASSE	PLURICLASSE	
			IA	IIA	IVA	IIIA	VA
M A R T E D I'	1° ora ★	8:10 - 9:10	Matematica a Di Girolamo	Matematica a Graziani	Italiano Frosoni	Scienze Costolino Tardiolo S1	
	2° ora	9:10 - 10:00	Matematica a Di Girolamo	Matematica a Graziani	Italiano Frosoni	Matematica a Costolino Tardiolo S1 Da Col S2	Italiano Carletti
	3° ora	10:00 - 10:15	Intervallo				
		10:15 - 11:10	Matematica a Di Girolamo	Italiano Graziani	Italiano Frosoni	Italiano Carletti Da Col S2	Matematica Costolino
	4° ora ★	11:10 - 12:10	Tecnologia Frosoni	Italiano Graziani	Tecnologia Di Girolamo	Italiano Carletti Da Col S2	Tecnologia a Costolino
	5° ora	12:10 - 13:10	Mensa				
			Pompili		Da Col	Costolino	
	6° ora	13:10 - 14:10	Gioco				
			Pompili		Costolino	Tardiolo	
7° ora	14:10 - 15:10	Inglese Carletti			Inglese Ponziani	Geografia Frosoni Tardiolo S1	
	8° ora	15:10 - 16:10	Inglese Carletti			Inglese Ponziani	Geografia Frosoni Tardiolo S1

	ORARIO		PLURICLASSE		CLASSE	PLURICLASSE		
			IA	IIA	IVA	IIIA	VA	
M E R C O L E D I	1° ora ★	8:10 - 9:10	Italiano <i>Frosoni</i>	Italiano <i>Graziani</i>	Matematica <i>Di Girolamo</i>	<i>Inglese</i> <i>Ponziani</i> <i>Tardiolo S1</i>	Italiano <i>Carletti</i>	
	2° ora	9:10 - 10:00	Italiano <i>Frosoni</i>	Italiano <i>Graziani</i>	Matematica <i>Di Girolamo</i>	Matematica <i>Costolino</i> <i>Tardiolo S1</i>	Italiano <i>Carletti</i> <i>Ponziani</i> <i>(supporto inclusivo)</i>	
	3° ora	10:00 - 10:15	Intervallo					
		10:15 - 11:10	Matematica <i>Di Girolamo</i>	Matematica <i>Graziani</i>	Storia <i>Ponziani</i>	<i>Italiano</i> <i>Carletti</i> <i>Tardiolo S1</i>	Matematica <i>Costolino</i>	
	4° ora ★	11:10 - 12:10	Lab: Espressivo <i>Graziani</i>		Storia <i>Ponziani</i>	<i>Italiano</i> <i>Carletti</i> <i>Tardiolo S1</i> <i>Da Col S2</i>	Matematica <i>Costolino</i>	
	5° ora	12:10 - 13:10	Mensa					
			Graziani		Da Col - Collaboratore			
	6° ora	13:10 - 14:10	Gioco					
			Graziani		Da Col		Costolino	
	7° ora	14:10 - 15:10	Arte/Musica <i>Frosoni</i> <i>Laboratorio a classi aperte</i>			Arte/Musica <i>Di Girolamo</i> <i>Lab a classi aperte</i>	Arte/Musica <i>Costolino</i> <i>Da Col S2</i> <i>Lab a classi aperte</i>	
	8° ora	15:10 -	Arte /Musica <i>Frosoni</i> <i>Laboratorio a classi</i>		Musica <i>Di Girolamo</i> <i>Lab a classi</i>	Arte/Musica <i>Costolino</i> <i>Da Col S2</i>		

		16:10		aperte	Lab a classi aperte
--	--	-------	--	--------	---------------------

	ORARIO		PLURICLASSE		CLASSE	PLURICLASSE	
			IA	IIA	IVA	IIIA	VA
G I O V E D I'	1° ora *	8:10 - 9:10	Italiano <i>Frosoni</i>	Matematica a <i>Graziani</i>	Matematica <i>Di Girolamo</i>	<i>Religione Attardi Pompili Da Col S2</i>	<i>Religione Attardi</i>
	2° ora	9:10 - 10:00	Matematica a <i>Di Girolamo</i>	Matematica a <i>Graziani</i>	Italiano <i>Frosoni Carletti (supporto inclusivo)</i>	<i>Religione Attardi Pompili Da Col S2</i>	<i>Religione Attardi</i>
		10:00 - 10:15	Intervallo				
	3° ora	10:15 - 11:10	Matematica a <i>Di Girolamo</i>	Italiano <i>Graziani</i>	Religione <i>Attardi</i>	Matematica a <i>Costolino Da Col S2</i>	Italiano <i>Carletti</i>
	4° ora *	11:10 - 12:10	Matematica a <i>Di Girolamo</i>	Italiano <i>Graziani</i>	Religione <i>Attardi</i>	Matematica a <i>Costolino Da Col S2</i>	Italiano <i>Carletti</i>
	5° ora	12:10 - 13:10	Mensa				
			Pompili		Costolino	Tardiolo	
	6° ora	13:10 - 14:10	Gioco				
			Pompili		Ponziani	Tardiolo	
	7° ora	14:10 - 15:10	Religione <i>Attardi Pompili</i>		Scienze <i>Di Girolamo</i>	Geografia <i>Ponziani Tardiolo S1</i>	

			Religione <i>Attardi Pompili</i>		
	8° ora	15:10 - 16:10		Scienze <i>Di Girolamo</i>	Geografia <i>Ponziani Tardiolo S1</i>

	ORARIO		PLURICLASSE		CLASSE	PLURICLASSE	
			IA	IIA	IVA	IIIA	VA
V E N E R D ì	1° ora *	8:10 - 9:10	Italiano <i>Frosoni</i>	Italiano <i>Graziani</i>	Matematica <i>Di Girolamo</i>	Italiano <i>Carletti Tardiolo S1 Da Col S2</i>	Matemat ica <i>Costolino</i>
	2° ora	9:10 - 10:00	Italiano <i>Frosoni</i>	Matematic a <i>Graziani</i>	Matematica <i>Di Girolamo</i>	Italiano <i>Carletti Tardiolo S1 Da Col S2</i>	Matemat ica <i>Costolino</i>
	3° ora	10:00 - 10:15	Intervallo				
		10:15 - 11:10	Matematic a <i>Di Girolamo</i>	Matematic a <i>Graziani</i>	Italiano <i>Frosoni</i>	Matematica <i>Costolino Tardiolo S1 Da Col S2</i>	Italiano <i>Carletti</i>
	4° ora *	11:10 - 12:10	Storia <i>Ponziani</i>		Italiano <i>Frosoni</i>	Matematica <i>Costolino Tardiolo S1 Da Col S2</i>	Italiano <i>Carletti</i>
	5° ora	12:10 - 13:10	Geografia <i>Ponziani</i>		Motoria <i>Cardarelli (esperto)</i>	Scienze <i>Costolino Tardiolo S1</i>	
	6° ora	13:10 - 13:50			Motoria <i>Cardarelli (esperto)</i>		

NB: Le ore contrassegnate da * all'interno dell'orario prevedono il "momento del risveglio" e una "pausa attiva" della durata MAX di 10 minuti.

ATTIVITA' PREVISTE PER IL MOMENTO DEL RISVEGLIO

Il momento del risveglio all'inizio della giornata scolastica è molto importante per favorire una transizione dolce tra casa e scuola, creare un clima sereno e stimolare l'attenzione e la motivazione degli alunni.

Le attività sono leggere, coinvolgenti e positive, si svolgeranno all'esterno, nel piazzale antistante la Scuola Primaria

Attività di rilassamento e concentrazione

- Esercizi di respirazione consapevole (es. "inspira come se annusassi un fiore, espira come se spegnessi una candela")
- Piccole sequenze di stretching o yoga per bambini : Respiro profondo con le braccia in alto, Mani unite sopra la testa, inspira profondamente. Espira portando le mani giù. Ripetere 3 volte, Allungamento del corpo come una matita, Stare in piedi e allungarsi verso l'alto come per toccare il cielo/soffitto. Il gatto e la mucca (all'interno in quadrupedia) Schiena inarcata in su (gatto), poi in giù (mucca) con respiro coordinato.
- Silenzio consapevole: stare in silenzio per 1 minuto, ascoltando i suoni dell'ambiente
- Camminata leggera per tutto il perimetro del cortile

°°°Se il momento del risveglio per brutto tempo dovesse svolgersi all'interno, le attività previste sono:

- Esercizi di respirazione consapevole (es. "inspira come se annusassi un fiore, espira come se spegnessi una candela")

- Piccole sequenze di stretching o yoga per bambini : Respiro profondo con le braccia in alto, Mani unite sopra la testa, inspira profondamente. Espira portando le mani giù. Ripetere 3 volte, Allungamento del corpo come una matita, Stare in piedi e allungarsi verso l'alto come per toccare il cielo/soffitto. Il gatto e la mucca (all'interno in quadrupedia) Schiena inarcata in su (gatto), poi in giù (mucca) con respiro coordinato.
- Silenzio consapevole: stare in silenzio per 1 minuto, ascoltando i suoni dell'ambiente
- Il cane a testa in giù : Mani e piedi a terra, formare un triangolo con il corpo. Mantieni la posizione e respira.
- La farfalla (seduti) Pianta dei piedi unita, ginocchia verso l'esterno, muovere le gambe come ali.
- La posizione del bambino: Seduti sui talloni, braccia distese in avanti, fronte a terra. Ottima per rilassarsi prima di iniziare le lezioni.

ATTIVITA' PREVISTE PER IL MOMENTO DELLE PAUSE ATTIVE

Brevi attività motorie o di rilassamento (da 5 a 10 minuti), inserite durante la mattinata o il pomeriggio scolastico, per:

- sciogliere le tensioni fisiche e mentali,
- ridare energia dopo attività prolungate o impegnative,
- favorire la concentrazione e l'apprendimento.

PAUSE DI RILASSAMENTO

1. Respirazione profonda con la pancia
2. Ascolto di suoni rilassanti per 2-3 minuti

PAUSE CREATIVE E SENSORIALI

1. Ballo delle emozioni (muoversi secondo una musica triste, allegra, ecc.)

2. Disegna al ritmo della musica (con fogli e pastelli)
3. Gioco dei 5 sensi (es: "Cosa vedo/sento/annuso in questo momento?")

Specifica delle attività nelle varie compresenze e laboratori settimanali.

Lunedì : 2° ora in classe 3 : attività di rinforzo e potenziamento ita/mat.
(Ponziani)

7° ora pluriclasse prima / seconda : tutoraggio tra pari con la supervisione dell'insegnante (Ponziani)

Mercoledì : 2° ora classe 5 : attività di inclusione, progetti per l'integrazione culturale e linguistica (Ponziani)

7° e 8° ora tutte le classi : attività espressive e creative .(Costolino ,Di Girolamo , Frosoni e Da Col .

Giovedì 2° ora : classe 4° recupero e potenziamento, attività di rinforzo (Carletti)

Orario utilizzo AULA MORBIDA

Classe 5° lunedì dalle ore 10,10 alle ore 11.10 per mindfulness

Classe 1° lunedì dalle ore 11,10 alle ore 12.00 per mindfulness

Classe 2 Martedì dalle ore 8.10 alle ore 9.10 lettura condivisa

Classe 5° Mercoledì dalle 9.10 alle 10.10 letture e mindfulness

Classe 4° Giovedì dalle ore 13.10 alle ore 14.10 attività CLILL

Classe 3° Mercoledì dalle ore 10.10 alle ore 11.10 letture ad alta voce .