

Orario DEFINITIVO A.S. 2025/26 Scuola Primaria di PARRANO						
GIORNO	ORARIO		PLURICLASSE			
			IF	IIF	IIIF	IVF
L U N E D I'	1° ora ★	8:25- 9:20	Italiano <i>Sparamonti</i> Sostegno: Di Erasmo			
	2° ora ★	9:20- 10:15	Italiano <i>Sparamonti</i> Sostegno: Di Erasmo Compresenza: Bruni			
	3° ora	10:15- 10:30	Intervallo			
		10:30- 11:05	Matematica <i>Sparamonti</i> Sostegno: Di Erasmo Compresenza: Bruni			
	4° ora	11:05- 12:05	Matematica <i>Sparamonti</i> Sostegno: Di Erasmo Sostegno: Mescolini Compresenza: Bruni			
	5° ora ★	12:05- 13:00	Ed. Fisica <i>Bruni</i> Sostegno: Di Erasmo Sostegno: Mescolini Compresenza: Sparamonti			
GIORNO	ORARIO		PLURICLASSE			
			IF	IIF	IIIF	IVF
M A	1° ora ★	8:25- 9:20	Religione <i>Ascani</i>			

R T E D I'			Sostegno: Mescolini	
	2° ora *	9:20- 10:15	Religione <i>Ascani</i> Sostegno: Mescolini	
	3° ora	10:15- 10:30	Intervallo	
		10:30- 11:05	Italiano <i>Sparamonti</i> Sostegno:Di Erasmo Sostegno: Mescolini Compresenza: Fabbretti	
	4° ora	11:05- 12:05	Italiano <i>Sparamonti</i>	Inglese <i>Fabbretti</i> Sostegno:Di Erasmo Sostegno: Mescolini
	5° ora *	12:05- 13:00	Inglese <i>Fabbretti</i> Sostegno:Di Erasmo Sostegno: Mescolini Compresenza: Sparamonti	
	6° ora	13:00- 14:00	Mensa	
	7° ora	14:00- 15:00	Geografia <i>Fabbretti</i> Sostegno:Di Erasmo	
8° ora *	15:00- 15:55	Geografia <i>Fabbretti</i> Sostegno:Di Erasmo		

Orario A.S. 2025/26 Scuola Primaria di PARRANO						
GIORNO	ORARIO		PLURICLASSE			
			IF	IIF	IIIF	IVF
M E R C O L E D I	1° ora *	8:25- 9:20	Matematica <i>Sparamonti</i>			
	2° ora *	9:20- 10:15	Matematica <i>Sparamonti</i> Sostegno: Di Erasmo Compresenza: Bruni			
	3° ora	10:15- 10:30	Intervallo			
		10:30- 11:05	Italiano <i>Sparamonti</i> Sostegno: Di Erasmo Compresenza: Bruni			
	4° ora	11:05- 12:05	Arte <i>Bruni</i> Sostegno: Di Erasmo Compresenza: Sparamonti			
	5° ora *	12:05- 13:00	Tecnologia <i>Bruni</i> Sostegno: Di Erasmo Compresenza: Sparamonti			
GIORNO	ORARIO		PLURICLASSE			
			IF	IIF	IIIF	IVF
G I O V E D	1° ora *	8:25- 9:20	Storia <i>Fabbretti</i> Sostegno: Di Erasmo Sostegno: Mescolini			
	2° ora	9:20-	Storia			

I'	*	10:15	Fabbretti Sostegno: Di Erasmo Sostegno: Mescolini
	3° ora	10:15-10:30	Intervallo
		10:30-11:05	Italiano Sparamonti Sostegno: Di Erasmo Sostegno: Mescolini Compresenza: Fabbretti
	4° ora	11:05-12:05	Italiano Sparamonti Sostegno: Di Erasmo Sostegno: Mescolini Compresenza: Fabbretti
	5° ora	12:05-13:00	Inglese Fabbretti Sostegno: Di Erasmo Compresenza: Sparamonti
	6° ora	13:00-14:00	Mensa
	7° ora	14:00-15:00	Scienze Sparamonti
	8° ora	15:00-15:55	Scienze Sparamonti

GIORNO	ORARIO	PLURICLASSE				
		IF	IIF	IIIF	IVF	
	1° ora *	8:25-9:20	Italiano Sparamonti			

V E N E R D Ì			Sostegno: Di Erasmo
	2° ora *	9:20- 10:15	Matematica <i>Sparamonti</i> Sostegno: Di Erasmo Compresenza: Bruni
	3° ora	10:15- 10:30	Intervallo
		10:30- 11:05	Laboratorio di Matematica <i>Sparamonti</i> Sostegno: Di Erasmo Compresenza: Bruni
	4° ora	11:05- 12:05	Musica <i>Bruni</i> Compresenza: Sparamonti
5° ora *	12:05- 13:00	Laboratorio di Musica <i>Bruni</i>	

Sono previste 17 ore settimanali di **COMPRESENZA**, durante le quali gli insegnanti dividono gli alunni in due gruppi, solitamente per classi (I-II-III /IV o I-II/ III-IV), in base alle esigenze didattiche.

Anche l'insegnante di sostegno, quando possibile e in base alle esigenze di ciascun alunno, lavora con piccoli gruppi di alunni, per recupero o potenziamento.

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 giardino della Scuola Primaria.

E' previsto un quotidiano momento di confronto orale (tra alunni e insegnanti) in circle time, seguito da attività di rilassamento e concentrazione

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 giardino

°°°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?")