



SEDE DIDATTICA DI POVOLETTO

ANNO ACCADEMICO 2019/20

PROGRAMMA CORSI

PO031) GINNASTICA DOLCE E POSTURALE 1

Annuale - venerdì: ora 09:00-10:00 (18 ott-15 mag)

DOCENTE: Sig. Giampaolo FRANCIOSA

PROGRAMMA: Esercizi di ginnastica posturale che coinvolgono tutti i gruppi muscolari in abbinamento ad una corretta respirazione, con l'obiettivo di migliorare la mobilità e l'elasticità, di aumentare il tono muscolare, di prevenire il rischio di cadute e infortuni.

PO032) GINNASTICA DOLCE E POSTURALE 2

Annuale - venerdì: ora 10:00-11:00 (18 ott-15 mag)

DOCENTE: Sig. Giampaolo FRANCIOSA

PROGRAMMA: Vedi corso 1.

PO033) CORSO DI YOGA DINAMICO

Annuale - lunedì: ora 08:30-09:30 (14 ott-11 mag)

DOCENTE: Sig.ra Silvia BOSCO

PROGRAMMA: Una modalità di movimento dolce e rispettoso del corpo che unisce tecniche di respirazione Pranayama e Asana statiche e dinamiche con lo scopo di risvegliare gradualmente le energie.

PO034) CORSO DI YOGA DINAMICO 2

Annuale - mercoledì: ora 08:30-09:30 (16 ott-13 mag)

DOCENTE: Sig.ra Silvia BOSCO

PROGRAMMA: Una modalità di movimento dolce e rispettoso del corpo che unisce tecniche di respirazione Pranayama e Asana statiche e dinamiche con lo scopo di risvegliare gradualmente le energie.



PO036) AEROBICA

Annuale - martedì: ora 09:00-10:00 (15 ott-12 mag)

DOCENTE: Sig. Giampaolo FRANCIOSA

PROGRAMMA: Movimenti coordinati sulla musica.

PO037) CORSO DI YOGA SERALE

Annuale - martedì: ora 20:00-21:00 (15 ott-12 mag)

DOCENTE: Sig.ra Silvia BOSCO

PROGRAMMA: Una modalità di movimento dolce e rispettoso del corpo che unisce tecniche di respirazione Pranayama e Asana statiche e dinamiche con lo scopo di donare un profondo relax.

PO101) MICOLOGIA: INTRODUZIONE ALLA CONOSCENZA DEI FUNGHI

I Sem. - martedì: ora 16:30-17:30 (15 ott-26 nov)

DOCENTE: Sig. Sandro GORI

PROGRAMMA: Classificazione dei funghi e loro habitat. Funghi nell'alimentazione. Distinzione tra funghi mangerecci, sospetti e velenosi.

Guida alla raccolta. Prova pratica con degustazione finale.

PO201) LINGUA E LETTERATURA FRIULANA

I Sem. - mercoledì: ora 10:00-11:00 (16 ott-29 gen)

DOCENTE: Maestra Marisa CONCHIONE

PROGRAMMA: Conoscere e approfondire la conoscenza della lingua friulana. Conoscere o approfondire la conoscenza degli autori compresi nel vasto panorama della lettura friulana.

PO202) STORIA DEL FRIULI

II Sem. - giovedì: ora 10:00-11:00 (13 feb-14 mag)

DOCENTE: M.o Luigino MERLUZZI

PROGRAMMA: Conoscere la storia del Friuli attraverso la lettura di documenti.

PO401) TURISMO CULTURALE

II Sem. calendario e orario da concordare (10 feb-15 mag)

DOCENTE: Prof.ssa Bruna TRACOGNA

PROGRAMMA: Due uscite sul territorio per la conoscenza di musei, ville e siti archeologici.



PO501) SUCCESSIONI MORTIS CAUSA: L'EREDITÀ

I Sem. - venerdì: ora 10:00-11:00 (18 ott-13 dic)

DOCENTE: Avv. Giulia REGIS

PROGRAMMA: Nozioni generali; accettazione e rinuncia all'eredità; comunione e divisione ereditaria; successione legittima testamentaria e necessaria; vicende particolari; azioni a tutela dell'eredità; aspetti pratici e fiscali; ulteriori tematiche.

PO601) CORSO DI EXCEL. - Livello principianti

I Sem. - martedì: ora 15:00-16:30 (15 ott-29 gen)

DOCENTE: Sig. Giuliano BALLICO

PROGRAMMA: Conoscenza dell'applicativo Excel; uso dei fogli di calcolo elettronici; realizzazione di fogli contenenti formule e riferimenti; applicazioni pratiche di uso comune; analisi dei dati con l'ausilio dei grafici, creazione di fogli contenenti elementi da altri file.

PO626) TABLET E SMARTPHONE. - Livello elementare

I Sem. - mercoledì: ora 09:00-11:00 (16 ott-29 gen)

DOCENTE: Sig. Duilio TONETTI

PROGRAMMA: Utilizzo ed installazione APP attraverso Google Store; servizio cloud per condivisione dati col PC; backup dati sul computer; connessione a reti WI-FI; Skype; posta elettronica; utilizzo di WhatsApp e della messaggistica personale.

Per motivi di omogeneità è opportuno che i corsisti siano già in possesso di uno smartphone e/o tablet con sistema Android.

PO676) CORSO DI INTERNET E POSTA ELETTRONICA. - Livello principianti

II Sem. - mercoledì: ora 09:00-11:00 (12 feb-13 mag)

DOCENTE: Sig. Duilio TONETTI

PROGRAMMA: Navigare in Internet. Salvataggio e stampa pagine web. La cronologia. I preferiti. Utilizzare i motori di ricerca. Download. Google Maps e Google Earth. Antivirus. Download, Skipe. Posta elettronica: creazione di un account di posta, inviare e ricevere le mail.

PO677) SERVIZI INTERNET ONLINE. - Livello elementare

II Sem. - giovedì: ora 09:00-11:00 (13 feb-14 mag)

DOCENTE: Sig. Duilio TONETTI

PROGRAMMA: Servizi online. Navigare in internet. Banca online. Acquistare online su Ebay, Amazon, pagare online con la carta PayPal. Servizi online INPS, Agenzia delle Entrate, Posta



elettronica Certificata PEC. Utilizzare i motori di ricerca, Google Maps, Google Hearth, MP3, MP4, Skype, Trasferire file di grandi dimensioni, Cloud.

PO678) CORSO BASE DI WORD. - Livello elementare

I Sem. - giovedì: ora 09:00-11:00 (17 ott-30 gen)

DOCENTE: Sig. Duilio TONETTI

PROGRAMMA: Stesura di un documento di testo formattato con Microsoft Word/LibreOffice; formattazione testo, paragrafi, controllo ortografico e grammaticale; inserimento immagini nel documento, bordi e sfondi; elenchi puntati e numerati; tabulazioni, testo in colonne, tabelle; salvataggio del documento.

PO679) CORSO BASE DEL COMPUTER. - Livello principianti

Annuale - giovedì: ora 14:30-16:30 (17 ott-14 mag)

DOCENTE: Sig. Duilio TONETTI

PROGRAMMA: Corso riservato a chi non ha alcuna conoscenza del PC. Il sistema operativo Windows, Hardware e Software; unità, cartelle, file, finestre di windows, il desktop. Principali programmi, disegnare con Paint, scrivere con Wordpad, acquisizione e gestione delle immagini dalla macchina fotografica al PC; virus e antivirus.

PO720) COMINCIAMO A PARLARE IN INGLESE. - Livello principianti

Annuale - lunedì: ora 15:00-16:00 (14 ott-11 mag)

DOCENTE: Prof.ssa Marina LESTUZZI

PROGRAMMA: Inizio lo studio della grammatica inglese seguendo un libro di testo e applicando le regole a situazioni di vita quotidiana. Introduco le formule più comuni per soddisfare bisogni di tipo concreto.

Livello Principiante

PO721) CONTINUIAMO A PARLARE IN INGLESE. - Livello elementare

Annuale - lunedì: ora 16:00-17:00 (14 ott-11 mag)

DOCENTE: Prof.ssa Marina LESTUZZI

PROGRAMMA: Dopo aver ripreso le basi grammaticali già considerate l'anno passato, continuo lo studio della grammatica anche con i tempi "passato" e "futuro", applicando le regole a fraseologia di uso quotidiano. Cerco di stimolare la capacità di comunicazione verbale per riferire aspetti del proprio vissuto.

Livello elementare



PO727) CONVERSAZIONE IN INGLESE. - Livello intermedio

Annuale - martedì: ora 16:30-18:30 (15 ott-12 mag)

DOCENTE: Sig. Eugenio ZANCANARO

PROGRAMMA: Modalità: Conversare su argomenti proposti dagli allievi con crescente grado di difficoltà.

Target: I partecipanti devono poter interloquire in inglese in modo esaustivo.

PO758) CORSO DI LINGUA TEDESCA PER PRINCIPIANTI. - Livello principianti

Annuale - lunedì: ora 09:00-10:00 (14 ott-11 mag)

DOCENTE: Sig.ra Simona PEREIRA

PROGRAMMA: Pronuncia e regole relative; letture ed esercitazioni riguardanti la vita quotidiana; analisi delle strutture desunte dai brani letti e loro applicazioni in contesti diversi.

PO759) CORSO DI LINGUA TEDESCA 2° livello. - Livello elementare

Annuale - lunedì: ora 10:00-11:00 (14 ott-11 mag)

DOCENTE: Sig.ra Simona PEREIRA

PROGRAMMA: Approfondimento degli aspetti linguistici e culturali affrontati nel corso precedente.

PO760) CONVERSAZIONE IN TEDESCO. - Livello avanzato

Annuale - lunedì: ora 11:00-12:00 (14 ott-11 mag)

DOCENTE: Sig.ra Simona PEREIRA

PROGRAMMA: Conversazione in lingua tedesca su temi di attualità.

PO801) BURRACO. GIOCHIAMO INSIEME. - Livello principianti

I Sem. - mercoledì: ora 15:30-17:30 (16 ott-29 gen)

DOCENTE: Sig.ra Antonietta MARRONE

PROGRAMMA: Approccio al gioco tramite l'apprendimento delle sue regole.

PO916) CORSO DI CERAMICA. - Livello intermedio

Annuale - giovedì: ora 08:30-11:30 (17 ott-14 mag)

DOCENTE: Sig.ra Laura NONINO



PROGRAMMA: Realizzazione di oggetti con l'uso di colombino, sfoglia, stampo, ingobbio, traforo e incisione, pittura delle terrecotte con smalti.

PO937) TAGLIO E CUCITO "PERSONAL SYSTEM". - Livello avanzato

Annuale - lunedì: ora 17:00-19:00 (14 ott-11 mag)

DOCENTE: Sig.ra Anna TURCO FERUGLIO

PROGRAMMA: Cartamodello personalizzato, taglio e cucito a regola d'arte.
Il corso si svolge in collaborazione con la signora Dina Fattor.

PO941) RICAMIAMO INSIEME. - Livello avanzato

Annuale - mercoledì: ora 16:00-18:00 (16 ott-13 mag)

DOCENTE: Sig.ra Enza FORNASARI

PROGRAMMA: Intaglio, sfilati semplici, ricamo libero.
Il corso si svolge in collaborazione con la signora Luciana Pellegrino.

PO942) LAVORIAMO INSIEME A MAGLIA

Annuale - venerdì: ora 15:00-16:30 (18 ott-3 apr)

DOCENTE: Sig.ra Anita ZORATTI

PROGRAMMA: Realizzazione di modelli di maglie con tecniche diverse.
Il corso si svolge in collaborazione con la signora Teresa Degano.

PO943) PATCHWORK

Annuale - martedì: ora 09:00-12:00 (15 ott-12 mag)

DOCENTE: Sig.ra Antonietta MARRONE

PROGRAMMA: Realizzazione di piastrelle in stoffa. Requisiti: minime conoscenze di cucito a macchina.

PO951) SCULTURA SU LEGNO

II Sem. - giovedì: ora 16:30-18:00 (13 feb-14 mag)

DOCENTE: Sig. Loris CANTIER

PROGRAMMA: Conoscenza dei materiali e delle attrezzature. Esercitazioni all'incisione e al rilievo.



PO952) CORSO BONSAI DI BASE 1

I Sem. - giovedì: ora 15:00-16:30 (17 ott-7 nov)

DOCENTE: Sig. Luigi FORCINITI

PROGRAMMA: Storia del bonsai. Elementi di botanica e accenni di fitopatologia. Lavorazione di una pianta: scelta del materiale di partenza, pulizia, scelta dei rami e impostazioni iniziali. Uso delle attrezzature specifiche. Rinvaso e adattamento del pane radicale al nuovo contenitore.

PO953) CORSO BONSAI DI BASE 2

II Sem. - giovedì: ora 15:00-16:30 (5 mar-26 mar)

DOCENTE: Sig. Luigi FORCINITI

PROGRAMMA: Storia del bonsai. Elementi di botanica e accenni di fitopatologia. Lavorazione di una pianta: scelta del materiale di partenza, pulizia, scelta dei rami e impostazioni iniziali. Uso delle attrezzature specifiche. Rinvaso e adattamento del pane radicale al nuovo contenitore.

PO956) CORSO DI CUCINA

I Sem. - venerdì: ora 09:00-10:00 (18 ott-31 gen)

DOCENTE: Sig.ra Alice MORETTI

PROGRAMMA: Come volersi bene cominciando dall'alimentazione. Varie tipologie di carni, pesce e modalità di cottura. Piatti unici di primi e secondi. Modalità di scelta delle verdure e della frutta.