

LULTE A.A. 2025 - 2026

PROGRAMMI CORSI CULTURALI E LABORATORI

ASTRONOMIA

Docente: Prof. Giuliano Menghini

Programma:

- IL PIANETA TERRA E LA LUNA
- IL SISTEMA SOLARE E IL SOLE
- LA DURATA DEL GIORNO E LE STAGIONI ASTRONOMICHE
- L' ECLITTICA E L' EQUATORE CELESTE
- LE STELLE E LE COSTELLAZIONI
- L' OSSERVAZIONE DEL CIELO INVERNALE ALL' APERTO

CONOSCERE LORETO: USI E COSTUMI

Docente: Prof.ssa Laura Falasco

Programma:.

- Tradizioni popolari fiorite intorno alla Santa Casa;
- Usanze commemorative anche nei luoghi della regione
- Feste popolari della "Venuta"
- la Venuta nelle pagine dei letterati;
- il Dialetto;
- Il territorio di Loreto e intorno a Loreto;
- Gli abitanti di Loreto nei mestieri: le botteghe e le botteghe dell'arte, l'artigianato sacro e le coronare; le locande ei locandieri, le lavandare; mercanti in fiera; forni e fornai; i fornaciari; i muratori, i falegnami, i bottai, i brecciaroli, i fabbri e i maniscalchi; concerchia e tintoria; i sarti e gli imppari; i funari e i materassai; i sellari, barbieri e speziali, i contadini.....
- Pellegrini e visitatori (pellegrini speciali del Gran Tour);
- Gli abitanti di Loreto nei costumi;
- I pellegrini e l'immigrazione, magliette e tatuaggi;
- Scene di vita privata e matrimonio
- Casa di paese e casa rurale;
- Sport, musica e musicisti, cantanti, strumenti musicali, Bande Musicali, cori e Cappelle musicali;
- Aviazione.

IL DIRITTO: TEMATICHE E APPROFONDIMENTI DI ARGOMENTI GIURIDICI

Docente: Avv. Fabrizio Belfiore

Programma: il programma verrà concordato con l'insegnante alla prima lezione.

DIZIONE

Docente: Prof. Andrea Anconetani

Questo programma di lavoro è stato pensato per fornire ai partecipanti una solida base nella dizione

italiana, concentrandosi sia sugli aspetti teorici che pratici.

Ogni lezione include una parte di teoria e una di pratica con numerosi esercizi.

Obiettivi generali del corso:

- Migliorare la chiarezza e l'intelligibilità del discorso.
- Acquisire una pronuncia standard dell'italiano, riducendo gli accenti regionali.
- Imparare la corretta articolazione dei suoni vocalici e consonantici.
- Comprendere e applicare le regole di fonetica e fonologia italiana.
 - Sviluppare consapevolezza del proprio apparato fonatorio e respiratorio.

INVITO ALLA LETTURA: PRESENTAZIONE DI LIBRI DI VARI AUTORI

Docente: Prof.ssa Dina Marta

Programma:

presentazione, con cadenza mensile, di un romanzo moderno.

Lezioni settimanali sul tema dell'amicizia: dall'antichità ai tempi moderni.....

LETTERATURA ANGLO AMERICANA

Docente: Prof.ssa Tiziana Sampaolesi

Programma:

Titolo del corso: American Pastoral/s. Da "Furore" di John Steinbeck a "Pastorale americana" di Philip Roth", a "Canto della pianura" di Kent Haruf.

Il corso presenterà alcuni romanzi del Novecento della letteratura anglo-americana per approfondire le caratteristiche peculiari del genere "pastorale": la preoccupazione per l'allontanamento dalla natura e dal mondo rurale visto in contrasto con l'espansione urbana e lo sviluppo industriale. In coda agli argomenti di cui sopra verrà presentato un mini modulo, introduttivo alla letteratura e cultura giapponese, che analizzerà i romanzi del premio Nobel Kawabata Yasunari. Le opere selezionate prenderanno in esame lo spirito profondo che caratterizza la cultura nipponica: la spiritualità, la bellezza intrinseca nelle cose semplici e la connessione con il mondo naturale.

LETTERATURA RUSSA

Docente: Prof.ssa Bottaluscio Barbara

Programma:

SANPIETROBURGO E I SUOI FIGLI

PETERBURG

La città di Pietro, senza radici né nel terreno, né nella storia.

MARCHEDE DE CUSTINE

(Al profilo storico della città dai tanti nomi, decisi dalla storia, segue una passeggiata per ponti e canali, cartina

alla mano, per scoprire che ogni via, piazza o lungofiume è una pagina di prosa e poesia, o di azioni sovversive.

Il giro inizia dalla statua di Pietro il Grande in piazza Dekabristov e termina con la statua di Anna Achmatova

lungo il muro delle Croci, la prigione terribile ai tempi di Stalin. In mezzo un'altra statua, quella di Lenin, l'uomo

che si è fatto mito e storia, sulla piazza di fronte alla stazione di Finlandia).

ANNA ACHMATOVA

La voce del gelido Nord e dei patimenti di un'epoca.

(Una vita punteggiata da gioie e dolori. Il ritratto umano di un grande "poeta", accompagnato dalla lettura alcuni versi).

di

IOSIF BRODSKIJ

<Se vogliamo avere una parte più importante, la parte dell'uomo libero, allora dobbiamo essere

capaci di accettare - o almeno di imitare - il modo in cui un uomo libero è sconfitto. Un uomo libero,

quando è sconfitto, non dà la colpa a nessuno»

(Una vita dentro e fuori la propria patria. Un racconto che muove da un suo scritto autobiografico Fuga da

Bisanzio per poi approdare ai suoi versi).

OSIP MANDEL'STAM

Я вернулся в мой город, знакомый до слез

Sono tornato nella mia città, che conosco fino alle lacrime

(Poeta, prosatore e saggista. Esule fra territori e culture diverse, di tutte partecipe. Sempre fedele

alla sua intima libertà di uomo e scrittore. Un racconto che parte anche dalle memorie di sua moglie,

Nadežda Mandel'stama)

FEDOR MICHAILOVIČ DOSTOEVSKIJ

Lo scrittore che rende visibile il visibile. Scrive della libertà e abissi dell'anima.

Interroga Dio e il male

e sa che l'inferno del cuore non riguarda le marginalità, ma la condizione umana.

(Ancora un'altra vita. Quella di un marito geloso e padre affettuoso, giocatore incallito e amico leale,

golosissimo di dolci. Una vita vissuta intensamente che si fa vita nei romanzi).

MEDICINA E PREVENZIONE

Docente: coordinatore Dr. Fulvio Borromei e docenti relatori vari

Programma:

Il corso di Medicina della LULTE di questo anno accademico 2025/2026 verterà su temi chirurgici di vario tipo con

l'obiettivo di far avvicinare i discenti a queste tematiche

affinché abbiano una informazione appropriata e vengano a

conoscenza di tecniche ed approcci che possano evidenziare i

grandi progressi in questi campi e dare fiducia ai cittadini per

una salute migliore. Il corso terminerà parlando di anestesia

con l'intento di fugare i dubbi e le perplessità.

Le lezioni nel merito sono:

Cardiochirurgia stato dell'arte: Dr. JACOPO ALFONSI (Cardiochirurgo)

Che cos'è la chirurgia plastica D.ssa ANGELICA AQUINATI (Chirurgia Plastica)

Stato dell'arte della chirurgia mammaria nella donna
Dr. FRANCESCO BRACCIONI (Chirurgo della mammella)
I principali interventi di chirurgia addominale Dr ALESSIO
MANISCALCO (Chirurgo Genera[e]
L' Anestesia questa sconosciuta Dr GIOVANNI INDRI (Anestesista)

PROPRIETA' E SEGRETI DELL'OLIO

Docente: Palmiro Ciccarelli

Programma: CORSO SULL'OLIO DA OLIVE

- Cultura e storia dell'olio: tradizione, mito, distribuzione geografica e paesaggistica.
- Produzione: dall'oliveto al frantoio, passando per la raccolta e il trasporto, le tecniche di estrazione e le varietà locali.
- Assaggio dell'olio : come e perchè si assaggia un olio
- Riconoscimento dei pregi e difetti e come si ottengono
- Qualità e caratteristiche: elementi biologici, nutrizionali e organolettici, caratteristiche chimico-fisiche, e come interpretare un'etichetta.
- Consumo e applicazione: uso in cucina, abbinamenti con i cibi, consumo consapevole e salute.

Ad ogni incontro assaggio guidato di almeno tre oli di qualità.

OPPURE

cos'è l'olio extra vergine di oliva;

- l'oliveto e l'oliva con le differenti varietà (cenni);
- tempi e tecniche di raccolta (cenni);
- tecniche di conservazione delle olive (cenni);
- differenti tecniche di trasformazione del prodotto (cenni);
- la qualità di un EVO;
- classificazione merceologica;
- corretta conservazione del prodotto;
- caratteristiche organolettiche: pregi e difetti;
- caratteristiche chimiche (cenni);
- analisi dei difetti e cause che li hanno determinati;
- analisi sensoriale ed analisi chimica;
- corretta etichettatura (cenni);
- le DOP (cenni).

Ad ogni incontro assaggio guidato di almeno tre oli di qualità.

PSICOLOGIA

DOCENTE: D.ssa Emanuela Monachesi

Programma: “INCONTRIAMOCI ALLA LULTE”

L'obiettivo del ciclo di incontri del prossimo corso di Psicologia sarà quello di favorire il

coinvolgimento attivo dei partecipanti, attraverso un breve percorso di riflessioni interattive sulle

tematiche basilari della psicologia positiva: benessere, felicità, gentilezza, gratitudine,

partecipazione, socialità, solidarietà e sugli effetti concreti e costruttivi nella vita quotidiana,

individuale e relazionale: un'occasione per mettersi in gioco e sviluppare un atteggiamento

propositivo in ogni fase della vita.

Verranno inoltre proposte alcune sessioni di stimolazione cognitiva (tanto richieste dai

partecipanti ai corsi di Psicologia della LULTE degli anni scorsi), volte ad allenare la percezione, la

memoria, l'attenzione, le abilità visuo – spaziali.

STORIA

Docente: Prof. Alfredo Giunta

Programma:

“Personaggi noti e meno noti del Risorgimento italiano”.

STORIA DELL'ARTE

Docente Prof. Alessandro Guerra

Programma: il programma verrà concordato con l'insegnante alla prima lezione.

STORIA DELLA MUSICA

Docente: Prof. Alessandro Fabbri

Programma: 7) WOLFGANG AMADEUS MOZART

- L'infanzia e le influenze europee.
- La maturità e l'opera in lingua tedesca.
- Le sinfonie.
- L'ultimo Mozart: l'Ave Verum e il Requiem.

8) LUDWIG VAN BEETHOVEN

- L'infanzia e i maestri.
- La struttura delle Sonate per pianoforte.
- La sordità e il Testamento di Heiligenstadt.
- La rivoluzione delle Sinfonie.
- L'Opera: Fidelio.
- L'ultimo Beethoven: i quartetti per archi.

9) IL ROMANTICISMO E LE SCUOLE NAZIONALI DELL'800.

- I primi romantici: Schubert, Schumann e Mendelssohn.
- L'opera di Rossini.
- Il Romanticismo virtuoso: Chopin e Liszt.
- Richard Wagner e la realtà del Musikdrama.
- Verdi e l'opera italiana.
- Tardo Romanticismo: Brahms e i postwagneriani.
- La scuola russa: Mussorgskij, Rimsky-Korsakov e Tchaikovskij.
- La scuola scandinava: Grieg.
- La scuola inglese: Elgar, Delius e Vaughn Williams.

10) LA MUSICA DEL NOVECENTO

- La musica moderna di Debussy e Ravel.
- Il neoclassicismo di Stravinskij.
- La musica popolare di Bartok.
- La dodecafonia di Schönberg.
- I corsi estivi di Darmstadt e la musica contemporanea.

STORIA GRECA

Docente: Prof.ssa Sara Serenelli

Programma:

1 - La civiltà egea e la civiltà minoica L'Oriente e la Grecia, i Greci e la civiltà egea Caratteri della civiltà egea La leggenda di Minosse La civiltà minoica e la sua riscoperta archeologica 2 – L'invasione delle genti elleniche. La civiltà micenea. La colonizzazione Il nome dei greci Vicende più antiche dei greci La civiltà micenea La scrittura alfabetica in Grecia La prima e la seconda fase della colonizzazione greca La colonizzazione greca: temi e dibattiti storiografici

3 - Le tirannidi. La reazione all'espansione greca La lotta delle plebi contro l'aristocrazia La nuova organizzazione delle poleis arcaiche Tyrannos: storia della parola, storia del concetto Tirannidi in Sicilia e Magna Grecia 4 - Le guerre persiane La prima spedizione persiana sotto Dario La vittoria di Maratona e la propaganda democratica ateniese La seconda spedizione persiana sotto Serse "300": un film, un mito 5 – La costituzione di Sparta e Atene I fondamenti della vita politica greca Le istituzioni spartane e Licurgo Le istituzioni ateniesi fino a Solone La tirannide dei Pisistratidi COMUNE DI LORETO E Protocollo N.0021595/2025 del 28/07/2025 Sulla democrazia greca: libertà e democrazia, il cittadino-guerriero, il grande secolo di Atene 6 – Il conflitto tra Atene e Sparta Le ragioni del conflitto tra Atene e Sparta Dalle guerre persiane alla guerra del Peloponneso Tucidide e le cause della guerra del Peloponneso La figura di Alcibiade La egemonia spartana La reazione ateniese e l'ascesa di Tebe 7 – Dall'egemonia tebana al predominio macedonico Caratteri e vicende dell'egemonia tebana Filippo e le guerre sacre La nuova immagine della Macedonia La lega di Corinto La Macedonia e la Grecia fino al 336 a. C. 8 – La vita culturale, religiosa ed economica della Grecia La vita economica della Grecia La religiosità greca Caratteri dell'arte e del pensiero greco: I Greci e l'irrazionale 9 – Alessandro Magno e l'ellenismo La lega di Corinto, Alessandro e i Greci La lotta contro la Persia da Filippo ad Alessandro La conquista di Alessandro Dopo Alessandro: la morte e la successione L'eredità di Alessandro: verso il mito di Alessandro Magno Polibio, la Grecia e Roma 10 – La civiltà ellenistica Caratteri fondamentali Ellenismo: storia di un concetto Organizzazione politica ed economica Religione e cultura

CALLIGRAFIA

Docente: Ins. Ilaria Aldighieri

Programma:

Introduzione alla calligrafia

Storia della calligrafia

Il Corsivo Italico

Differenza tra Calligrafia e Lettering

Attualità e Calligrafia

La scrittura a mano: curiosità

Materiali e Strumenti per la scrittura a mano

Schemi Guida per la scrittura in calligrafia

Esercizi pratici di riscaldamento per la scrittura a mano

Esercitazione pratica Corsivo Italico monolineare

CINEFORUM

Docente: Regista Lorenzo Scalzo.

Programma:

Presentazione progetto "Cineforum" per anno scolastico 2025-26

Il cineforum si propone come spazio di condivisione ed apprendimento. Attraverso la proiezioni di vari

film di genere e datazione differente, i partecipanti avranno modo di dibattere su e comprendere

come le suddette pellicole siano il tramite attraverso cui gli autori scelgono di rappresentare il proprio

tempo, dimostrando come il cinema, nelle sue innumerevoli sfaccettature, possa essere una finestra

sul mondo eternamente attuale.

Il cineforum sarà gestito dal regista Lorenzo Scalzo, regista e sceneggiatore loretano.

L'Arte di scrivere ed ascoltare "L'Eunoè"

Docente: Prof.ssa Silvana Corazzini

Programma:

lettura e commento di alcuni canti dell'inferno e del purgatorio dantesco

CANTIAMO INSIEME

A cura di Aurelia Cret

Programma:

Repertorio di musica sacra, tradizionale e popolare. In base alle esigenze, la scaletta potrà essere modificata. Brani per Natale: ● Puer natus in Betlehem ● In notte placida ● Adeste fideles ● Natu, natu Nazzarè ● O albero, o albero ● Il mandorlato

Brani per fine corso: ● Il cucù ● I taglialegna ● La bella lavanderina ● Sciur padrun ● All'orte ● Aveva gli occhi neri ● I do gobeti ● La biondina in gondola ● Novantanove ● La montanara ● Sul Cervino ● Sul ponte di Bassano ● Chiesetta Alpina ● Valderì valderà ● Viva l'amor

RECITAZIONE

Docente: Antonella Pelloni

Presentazione del corso

Conoscenza reciproca tra i partecipanti e condivisione delle aspettative.

Primi esercizi

Esercizi per migliorare la pronuncia e l'articolazione.

Tecniche di respirazione per il rilassamento e il controllo della voce. Esercizi per l'espressione chiara e fluida.

Improvvisazione e gioco teatrale

Esercizi di improvvisazione per sviluppare la capacità di reazione e creatività. Giochi teatrali per stimolare l'immaginazione e la collaborazione. Creazione di brevi scene improvvisate.

Espressione corporea e vocale

Esercizi per migliorare la consapevolezza del proprio corpo e lo spazio scenico. Uso della voce e del corpo nell'interpretazione di un personaggio. Sperimentazione di movimenti e gesti espressivi.

Esercizi con l'utilizzo di testi teatrali

Lettura e analisi di brani di opere teatrali. Discussione sui personaggi e le tematiche. Interpretazione dei brani scelti.

Considerazioni aggiuntive:

Il programma potrà essere adattato in base alle esigenze dei partecipanti.

Saranno previsti momenti di pausa e di convivialità per favorire il benessere e la socializzazione.

L'obiettivo finale è quello di creare un'esperienza piacevole e stimolante, che permetta ai partecipanti di scoprire o riscoprire il piacere della recitazione.

LABORATORIO TEATRALE

Docente: Antonella Pelloni

Programma:

Obiettivi:

Sviluppare la consapevolezza corporea e vocale. Migliorare la capacità di ascolto e la comunicazione. Favorire l'espressione di sé e la creatività.

Promuovere l'interazione sociale e la collaborazione. Offrire un'esperienza divertente e stimolante.

Contenuti:

. Introduzione :

Presentazione del laboratorio, degli obiettivi e delle dinamiche di gruppo, esercizi di riscaldamento e conoscenza reciproca.

Condivisione tema performance di restituzione.

Esercizi di rilassamento :

Ridurre

la tensione e migliorare la presenza scenica. Esercizi di improvvisazione:

Giochi di ruolo, scene brevi e istantanee per stimolare la creatività e l'interazione.

• Esercizi teatrali di base :

Esplorazione di movimenti, gesti, espressioni facciali e voci per comunicare emozioni e intenzioni.

Creazione di scene:

Sviluppo di brevi scene teatrali a partire da spunti forniti o temi proposti, con focus sulla collaborazione e la messa in scena.

Restituzione e valutazione :

Visione delle scene

create, feedback costruttivo e riflessione sull'esperienza laboratoriale.

Note:.

Sarà importante creare un ambiente accogliente e sicuro, dove tutti i partecipanti si sentano liberi di esprimersi e sperimentare.

Il laboratorio può essere arricchito con l'uso di musica, costumi, oggetti di scena, a seconda delle risorse disponibili e degli interessi del gruppo.

Il laboratorio sarà condotto dalla docente Antonella Pelloni con la collaborazione costante del proprio Aiuto Regia Roberta Sforza e nella fase finale di realizzazione messa in scena con il supporto tecnico della Compagnia ARTISTICA...MENTE APS

FOTOGRAFIA

Docente: fotografa Luana Morresi

Programma:

I Volti del Paese”

Obiettivo generale:

Scoprire, raccontare e valorizzare l'identità del nostro paese attraverso le storie, le attività, i luoghi e le persone che lo animano quotidianamente.

1. Lezione introduttiva

- Presentazione del progetto e dei suoi obiettivi
- Breve panoramica storica e sociale del paese
- Riflessione sul concetto di "comunità" e "identità locale" (POTREBBE ESSERE CARINO UN AUTORITA')
- Spiegazione del percorso: tappe, metodi, strumenti (fotografia, interviste, narrazione, ecc.)

2. Lezioni itineranti nei quartieri (uscite sul territorio)

Ogni incontro sarà dedicato a una zona/quartiere specifico, con attività sul campo come:

- **Osservazione e documentazione fotografica**
- **Incontri con persone del luogo:** artigiani, commercianti, residenti storici, giovani, ecc.
- **Raccolta di testimoni**

3. Conclusione (eventuale restituzione finale)

- Se previsto: mostra fotografica, presentazione pubblica, esposizione nei quartieri o pubblicazione di un lavoro collettivo (cartaceo o digitale) per condividere i risultati.

• CERAMICA

Docente: Giovanni Falleroni

Programma:

formatura a mano di oggetti con argilla, con diverse tecniche (colombino, lastra);

processi di lavorazione successivi: essiccazione -1^a COTTURA (BISCOTTATURA 1000° C)

decorazioni con smalti-cristal. Ossidi coloranti – pigmenti ecc.;

seconda cottura per finitura manufatto, 1000°C.

BURRACO

Docente: Sig.ra Giuliana Paponi

Programma:

dall'insegnamento del gioco al perfezionamento delle tecniche, dalle piccole sfide ai tornei: tutto con grande divertimento.

SCACCHI 1 LIVELLO

Docente: Prof. Vincenzo Bondanese

Programma didattico con obiettivi, contenuti e metodologie utilizzate nel corso scacchi livello 1°

Obiettivi: • Introduzione al gioco: Regole di base, movimento dei pezzi, scacco, scacco matto, patta. • Sviluppo delle abilità di base: Posizionamento dei pezzi, mosse iniziali, controllo del centro, sviluppo dei pezzi. •

Comprensione dei concetti fondamentali: Valore dei pezzi, tattiche elementari (forchette, scoperte), nozioni di strategia di base. • Stimolazione

dell'interesse: Creare un ambiente stimolante e divertente per avvicinare gli alunni al gioco degli scacchi. Contenuti: • Lezioni teoriche: ◦ Spiegazioni

chiare e semplici delle regole e dei concetti fondamentali. ◦ Utilizzo di

materiale didattico visivo (scacchiere, pezzi, diagrammi). ◦ Esercizi individuali e di gruppo per consolidare le conoscenze. • Partite pratiche: ◦ Partite tra pari

per applicare le nozioni apprese. ◦ Tornei interni per creare un clima

competitivo sano. ◦ Analisi delle partite per individuare errori e migliorare. •

Problemi tattici: ◦ Esercizi di matti semplici e combinazioni di base. ◦

Risoluzione di problemi tattici per sviluppare il pensiero critico.

Metodologia: • Approccio ludico: Utilizzare giochi e attività divertenti per rendere l'apprendimento più piacevole. • Differenziazione didattica: Adattare i contenuti e i metodi di insegnamento alle diverse esigenze degli allievi. • Feedback costanti: Fornire feedback costruttivi agli allievi per aiutarli a migliorare. • Utilizzo di strumenti didattici: Scacchiere magnetiche, orologi digitali, software di scacchi, libri per principianti.

SCACCHI 2 LIVELLO

Docente: Prof. Vincenzo Bondanese

Programma didattico con obiettivi, contenuti e metodologie utilizzate nel corso scacchi livello 2°

Obiettivi: L'obiettivo finale del livello 2 è formare giocatori in grado di competere in tornei amatoriali e federali, acquisendo una buona base tecnica e strategica. Questo risultato lo si persegue con i seguenti obiettivi formativi. • Affinamento Tecnico: ◦ Aperture: Studio di alcune aperture specifiche, costruzione di un repertorio base personalizzato, comprensione delle idee strategiche dietro le diverse linee. ◦ Mediogioco: Sviluppo di piani strategici, calcolo variazionale, riconoscimento di motivi tattici. ◦ Finali: Studio dei finali più comuni (re e due pedoni, re e torre contro re e pedone), comprensione delle tecniche di conversione di un vantaggio. • Sviluppo del Pensiero Critico: ◦ Analisi di partite: Studio dettagliato di partite di grandi maestri per comprendere i loro processi decisionali e le loro strategie. ◦ Risoluzione di studi e problemi: Affrontare posizioni complesse e studi per migliorare la capacità di calcolo e di valutazione. Contenuti: • Aperture: ◦ Studio di aperture specifiche (es. Ruy Lopez, Siciliana, Francese) a livello teorico e pratico. ◦ Comprensione delle idee strategiche e tattiche dietro le diverse linee. • Mediogioco: ◦ Sviluppo di piani strategici a lungo termine. ◦ Calcolo variazionale profondo. ◦ Riconoscimento di motivi tattici (combinazioni, sacrifici). ◦ Comprensione dei concetti di dinamismo e equilibrio. • Finali: ◦ Studio dei finali più comuni (re e pedone, re e torre, re e due pedoni). ◦ Tecniche di conversione di un vantaggio. • Psicologia degli scacchi: ◦ Gestione dello stress e dell'ansia in competizione. ◦ Concentrazione e visualizzazione. ◦ Analisi delle proprie partite per individuare punti di forza e debolezza. Metodologia: • Analisi: Analisi di partite. • Risoluzione di problemi: Proposte di esercizi e problemi sempre più complessi per stimolare il pensiero critico e la capacità di calcolo. • Simulazione di tornei: Organizzazione di piccoli tornei interni per simulare l'atmosfera competitiva. • Utilizzo di strumenti tecnologici: Utilizzo di software di scacchi, basi di dati e motori di analisi per migliorare l'apprendimento.

MAGLIA E RICAMO MERLETTO E UNCINETTO

Docente: ins. Stefania Politi

Programma:

UNCINETTO-FERRI

Varie tecniche di lavoro di uncinetto e lavoro a ferri(avvio delle maglie ,vari punti di lavorazione). Piccoli progetti da realizzare, fino alla strutturazione di lavori più complicati compresa la rifinitura finale.

RICAMO

Punti base, impostazione e realizzazione su tessuto o sulla maglia del disegno, che verrà poi lavorato con vari punti da scegliere a piacere dalle interessate.

MERLETTO

Esercizi basici di lavori semplici a mano o con uncinetto.

IL PIACERE DI CREARE

Docente: Mirella Giaconi

Programma:

Saper creare con la stoffa e altri materiali fiori, composizioni, borse ecc.

CUCITO CREATIVO

Docente: Mirella Giaconi

Programma:

Utilizzare piccoli ritagli si stoffa per creare delle sagome (fiori animali ecc.) da cucire su determinati capi o accessori (asciugamani, ecc...)fermaporta, fuoriporta e pigottine.

ACQUARELLO DIPINTO DAL VERO

Docente: d.ssa Ilaria Marchetti

Programma: tecniche varie da concordare con l'insegnante.

GIARDINO SUL BALCONE

Docente: Sig.ra De Marco Lucia

Programma: come prendersi cura delle piante da vaso e da balcone in base alla stagione.

USO DI TABLET E SMARTPHONE

Docente: Prof. Domenico Bellini

Programma:

Insegnamento base per l'utilizzo corretto dei tablet e dei telefonini

INFORMATICA 1 LIVELLO

Docente: Prof. Domenico Bellini

Programma:

Far acquisire le conoscenze di base del computer e del suo utilizzo (word – internet- posta elettronica)

INFORMATICA 2° E 3° LIVELLO

Docente: Prof. Domenico Bellini

Programma:

Utilizzo del computer con i principali programmi Office-automation.

LINGUA INGLESE 1° LIVELLO Livello base

Docente: Prof.ssa Laura Bartolini

Programma:

questo livello permette allo studente di accedere progressivamente alla lingua Inglese. Partendo dall' Alfabeto, passando per il presente semplice, per i numeri indispensabili, per i giorni della settimana. Lo studente sarà in grado di fornire informazioni personali ed interagire a livello essenziale.

LINGUA INGLESE 2° LIVELLO Livello avanzato

Docente: Prof.ssa Laura Bartolini

Programma:

Questo livello permette di mettere a fuoco le conoscenze precedentemente acquisite della lingua Inglese. Il passato rappresenta un momento strategico di questo corso insieme all'uso di alcuni modali. Il present perfect affinerà ulteriormente le abilità dello/a studente che sarà in grado di interagire con maggiore consapevolezza.

INGLESE SPEAKING

Docente: Prof.ssa Angelica Gambini

Programma:

BEGINNER A2 to INTERMEDIATE B1. Il corso si rivolge a tutti coloro che hanno una conoscenza base dell'inglese e vogliono parlare in modo spontaneo sostenendo conversazioni su temi quotidiani e di attualità.

Lezioni interattive per sviluppare vocabolario e capacità di interazione, esercizi di lettura, ascolto e conversazione, simulazioni di situazioni reali. Nessuna pressione, solo pratica e divertimento con il comune obiettivo di esprimersi fluidamente.

Imparare a comunicare e interagire in inglese in situazioni quotidiane, sviluppando sicurezza e padronanza delle strutture base della lingua.

LINGUA SPAGNOLA 1 LIVELLO

Docente: Prof.ssa Emanuela Ancona

Programma:

Obiettivi: L'obiettivo principale è quello di facilitare l'apprendimento dei primi rudimenti della lingua spagnola affinché gli studenti possano comprendere e farsi comprendere all'interno di conversazioni con un nativo abituato a parlare con persone di lingue differenti alla propria, a proposito di argomenti riguardanti la sfera personale (professionale, familiare...).

LINGUA SPAGNOLA 2 LIVELLO

Docente: Prof.ssa Emanuela Ancona

Programma:

L'obiettivo principale è soprattutto quello di facilitare l'apprendimento dei primi rudimenti della lingua spagnola affinché gli studenti possano comprendere e farsi comprendere nel caso di conversazioni con un nativo abituato a parlare con persone di lingue differenti alla propria a proposito di argomenti riguardanti la sfera personale (professionale, familiare...). A differenza del livello I, nel secondo livello si cercherà di introdurre almeno una tipologia di passato, affinché gli studenti possano raccontare eventi del passato legati alla propria sfera personale.

BALLI SOCIALI

Docente: Karol Campoli

Programma:

apprendimento delle tecniche dei vari balli di gruppo, con inserimento di passi base delle danze latino americane; è una attività che oltre ad allenare tutte le parti del corpo, migliora l'umore, riduce lo stress, migliora la coordinazione, migliora quindi il benessere psico-fisico divertendosi.

GINNASTICA

Docente: Prof.ssa Lorena Righetto

Programma:

L'attività fisica ha diverse finalità

- 1) Miglioramento della flessibilità e mobilità articolare
- 2) Miglioramento dell'equilibrio e della coordinazione
- 3) Miglioramento della postura
- 4) Controllo del corpo e consapevolezza
- 5) Riduzione dello stress e miglioramento del benessere generale

Gli esercizi sono adatti a tutte le età e possono essere adattati alle Singole esigenze.

YOGA

Docente: D.ssa Giulia Melonari

Programma:

"HATHA YOGA PER IL BENESSERE E LA SALUTE"

Gli obiettivi del corso sono i seguenti:

- Introdurre gli studenti ai principi fondamentali dello Hatha Yoga
- Migliorare la flessibilità, la forza e l'equilibrio
- Ridurre lo stress e migliorare la qualità del sonno
- Promuovere la consapevolezza del corpo e della respirazione
- Creare un ambiente di apprendimento e di condivisione

Programma:

Introduzione allo Hatha Yoga

- Presentazione dello Hatha Yoga e dei suoi benefici
- Tecniche di respirazione e di rilassamento
- Posizioni (Asana) di base

Posizioni per la flessibilità e la forza

- Posizioni per migliorare la flessibilità e la forza muscolare
- Tecniche di allineamento
- Respirazione e rilassamento finale

Posizioni per l'equilibrio e la coordinazione:

- Posizioni per migliorare l'equilibrio e la coordinazione
- Tecniche di concentrazione e di focalizzazione
- Respirazione e rilassamento finale

Tecniche di rilassamento e di meditazione:

- Tecniche di rilassamento profondo
- Meditazione e consapevolezza
- Respirazione e rilassamento finale

TECNICHE CHE CONDUCONO AL RILASSAMENTO MENTALE E FISICO

Docente: D.ssa Sara Camilletti Naturopata

Pogramma: SCOPRIRE LE TECNICHE CHE TI CONDURRANNO AL RILASSAMENTO MENTALE E FISICO

Nella pratica delle sessioni saremo vigili ed attenti a ciò che sta accadendo dentro di noi per far sì che fuori, dove la società ci richiede di tenere inserito il pilota automatico, h24, prontamente riusciremo a disinserirlo e viverci appieno ogni istante.

Scegliere un percorso di questo genere ci porterà infiniti benefici:

Rende consapevoli di se stessi e del proprio corpo; riduce lo stress e l'ansia;

aiuta a concentrarsi;

rafforza il sistema immunitario;

migliora il sonno e la sua qualità;

incrementa la tollerabilità al dolore;

permette di evitare incresciosi incidenti quotidiani.

Conosceremo le tecniche durante la pratica in cui guiderò il gruppo verso la consapevolezza del respiro e di seguito, ogni sessione sarà un arricchimento per gestire, giorno dopo giorno, ciò che accade accogliendolo con gentilezza amorevole e ritrovare la natura autentica di noi stessi e non quella imposta dalla società .

