



OFFERTA FORMATIVA 2026/2027

ELENCO CORSI ANNO ACCADEMICO 2026/2027

UNIVERSITA DELLA TERZA ETÀ APS ASSEMINI UNTEASS

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
1	ARCHEOLOGIA DELL' AREA SANTA GILLA	MAMELI FRANCESCO	Il corso si concentrerà sulla ricerca archeologica e sul patrimonio archeologico presente nei territori comunali nell'area di Santa Gilla e, quando necessario, quando necessario ai fini della definizione del contesto, dei territori dei comuni limitrofi, spaziando cronologicamente dal basso medioevo ai giorni nostri, senza trascurare le epoche precedenti. Un approfondimento verrà dedicato al patrimonio culturale e identitario dalla preistoria all'archeologia industriale e contemporanea dell'area. Verranno affrontati anche i temi della sostenibilità culturale e dell'analisi del patrimonio paesaggistico.	A discrezione del corsista eventuale quaderno e penna per appunti;	- Acquisire competenze di base riguardo il patrimonio culturale locale, - sensibilizzazione nei confronti del patrimonio culturale e paesaggistico locale, - Apprendere capacità preliminare per la realizzazione di raccolte dati e di indagine - Sviluppare capacità di analisi e valutazione del patrimonio archeologico e culturale locale.	30 ore	Lezioni settimanali, pomeridiane da 1,5 ore giovedì dalle 17 dal 29 ottobre

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
2	Ballo Sardo	ASSOCIAZIONE GRUPPO FOLK SAN PIETRO	Ballo Sardo legato alle tradizioni del territorio locale	Scarpe e abbigliamento comodo	Favorire la partecipazione attiva alle manifestazioni folkloristiche locali		
3	Botanica in Sardegna -	NIOI MARIO	Conoscenza della flora arborea ed erbacea; le parti componenti la struttura delle piante; vita e propagazione della specie; funzione clorofilliana; microclimi; la riproduzione; la potatura e gli innesti; patologia della pianta, cura e rimedi biologici. Tecniche degli innesti e tipi di innesti; tecniche e periodi della potatura; ambienti climatici e suoli; tecnica di riproduzione delle piante; coltivazioni in pieno campo e orto condiviso; patologie fungine e parassiti; metodi di difesa; metodi di difesa biologica ed ecosostenibile	Quaderno e penna per appunti	Rispetto della natura e conoscenza dei suoi cicli; conoscenza dei bioritmi; sviluppare un atteggiamento di osservazione e di indagine; conoscenza dell'ambiente circostante	Annuale	Lezione settimanale da 1,5 ore martedì dalle 9.00
4	Chitarra base	UCCHESU DANIELE	Conoscere lo strumento. Accordare lo strumento. Postura. Note sulla tastiera. Principali accordi. La ritmica. Giri armonici. Suonare un semplice brano	Chitarra, preferibilmente classica	Il corsista, al termine delle lezioni, sarà in grado di suonare brani semplici e avrà ottenuto le basi per proseguire al livello intermedio	10 ore	Lezione settimanale da 1 ora Lunedì 18.30

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
5	I MILLE SEGRETI DELLA MAGLIA E DELL'UNCINETTO	MAMELI MARIA GABRIELLA	Per chi non ha mai lavorato a maglia ma anche per chi sa lavorare a maglia; per chi si sente insicuro su scalfi, scolli, rifiniture del capo; come avviare le maglie. Aumenti e diminuzioni. Chiusura maglie. Avvio tubolare. Come leggere il modello. Punti base. Imparare la lettura dei punti. Imparare la lettura degli schemi dei punti. Lavorazione a più colori. Cucitura delle parti	Strumenti base per la maglia (ferri e lana); riviste con modelli e schemi; altre indicazioni saranno fornite alla prima lezione	Acquisire competenze di base per la creazione di manufatti artigianali; stimolare la socializzazione e il piacere della condivisione attraverso la manualità, la creatività e lo scambio di tecniche classiche ma anche innovative.	15 ore	Lezione settimanale da 1,5 ore lunedì dalle 9.00

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
6	Educazione Emozionale – parte 1 "Come gli alberi"	LOI BENEDETTA	Utilizza la metafora dell'albero per guidare le persone in un viaggio di scoperta di sé, delle proprie radici interiori e del proprio potenziale. Pratiche di: ✓ comunicazione positiva; ✓ di ascolto attivo ed empatia; ✓ autostima sicurezza e fiducia; ✓ pensieri, emozioni, sentimenti; ✓ connessione al proprio proposito di vita; ✓ approcci olistici di pensiero ed azione	Quaderno e penna ed eventuali materiali in corso d'opera	• Promuovere la consapevolezza emotiva e la conoscenza di sé. • Sviluppare competenze relazionali ed empatiche. • Migliorare la capacità di gestione e regolazione emotiva. • Favorire la comunicazione autentica e la gratitudine. • Offrire strumenti concreti per coltivare benessere e serenità nella vita personale e sociale.	12 ore	Lunedì dalle 9.00 alle 10.30

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
7	Educazione Emozionale – parte 2 "Come gli alberi	Benedetta Loi	Questo secondo modulo monotematico è il proseguimento organico e profondamente collegato al cammino già intrapreso. Invita i partecipanti ad approfondire una singola dimensione emotiva, per integrarla in modo più consapevole nella propria quotidianità. Ogni incontro si trasforma in un terreno fertile in cui coltivare il sentire, affinare la consapevolezza e dare nuova linfa alla propria crescita personale.	Aver partecipato alle lezioni del primo modulo. Quaderno e penna ed eventuali materiali in corso d'opera	Il modulo si propone di: • Ripassare e comprendere le emozioni di base (gioia, paura, rabbia, tristezza, disgusto, sorpresa) e il loro significato evolutivo. • Offrire strumenti per riconoscere e gestire le emozioni nel quotidiano. • Favorire lo sviluppo di competenze emotive fondamentali (autoconsapevolezza, empatia, regolazione emotiva). • Rafforzare la connessione tra pensiero, corpo e sentimento. • Coltivare atteggiamenti interiori di gratitudine, presenza, fiducia e perdono come leve di benessere e libertà interiore.	12 ore	Lunedì o mercoledì mattina in base alla disponibilità dell'aula

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
8	Ginnastica dolce	PALESTRA IS MOLENTIS	Gli esercizi nello specifico consistono in movimenti lenti e naturali, senza sovraccaricare le articolazioni, ma che comunque rafforzano il tono muscolare	Certificato medico per attività sportiva non agonistica in corso di validità annuale da depositare in segreteria in Via Sacco prima dell'inizio delle attività; abbigliamento sportivo e calze di ricambio	Esercizi facilmente gestibili dal soggetto, che migliorino l'autonomia, l'autosufficienza, la percezione del movimento e le capacità motorie globali, incentivando la socializzazione ed il piacere di fare sport divertendosi	7 ore circa	6 lezioni da 45 min. (due a settimana) lun-ven
9	Informatica di base	DI MAGGIO GIORGIO	informatica di base; organizzazione archivio informatico; compilazione file PDF; SPID; CIE.	Computer portatile con sistema operativo Windows	Apprendere le conoscenze di base per operare in modo autonomo nelle attività Tipiche dell'utilizzo del computer	10 ore	Martedì dalle 10 alle 11

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
10	Laboratorio Di montaggio video	Di Maggio Giorgio	Illustrazione, istruzione e uso del programma freeware per montaggio video con utilizzo di foto e video personali oltre a musiche esenti da diritto di autore	Prerequisito, possesso e capacità di utilizzo di un personal computer, Windows 10 o ver. successive		10 ore	Martedì dalle 11.00 alle 12.00
11	L.I.S. - La Lingua dei segni	LEDDA LUCIANA	È una lingua che viaggia sul canale visivo-gestuale, integro nelle persone sorde, e ciò consente loro pari opportunità di accesso alla comunicazione. Accenni dell'importanza sociale e culturale; presentazione di alcune regole grammaticali, sintattiche, morfologiche e lessicali; la configurazione, la posizione, il movimento delle mani; l'espressione facciale, la postura, ecc. Lavori di gruppo tenuti da insegnanti sordi qualificati	Blocco per appunti, voglia di apprendere e predisposizione all'accoglienza dell'altro in quanto individuo.	Percorso di inclusione e sensibilizzazione verso ciò che appare diverso da noi ma non lo è. Conoscenza di una nuova lingua che permetta l'integrazione sociale e crei maggiore coesione tra partecipanti. Creazione di una cultura che valorizzi la diversità in quanto ricchezza e non limite; abbattimento concreto di barriere linguistiche che impediscono alle persone l'autodeterminazione e la realizzazione all'interno di qualunque società che si possa definire civile.	15 ore	Lunedì dalle 17.00 alle 18.30

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
1 2	La Pubblica Amministrazione a portata di mano: Il Comune, la Regione, il Governo e il Parlamento Europeo	CARTA SIMONE	Come funziona la pubblica amministrazione in generale, i suoi principi, la sua struttura burocratica, con un occhio di riguardo a temi di attualità. Ci si soffermerà sul Comune quale ente più vicino ai cittadini.; sulla Regione quale secondo ente più vicino ai cittadini; Si studierà il funzionamento del Parlamento e del Governo; Del parlamento e della commissione Europea	Blocco per appunti e penna	Diventare consapevoli dell'importanza della Pubblica Amministrazione, conoscere i propri diritti e come muoversi nella complessità della burocrazia.	12 ore	Mercoledì dalle 17.30 alle 19.00
1 3	DALL'ATOMO ALLE GALASSIE	Piras Angelo Antonio	Un primo livello microfisico: come è fatta la materia, le scoperte, le teorie e gli scienziati che hanno contribuito a far luce sul comportamento della materia. Un livello astronomico: l'Universo com'è stato teorizzato e come viene osservato dal nostro pianeta e dagli strumenti che sono installati nei satelliti in orbita nello spazio.	Quaderno, penna e interesse/curiosità per la materia	Rendere semplice la comprensione di fenomeni fisici complessi senza l'utilizzo di formule matematiche ma con i soli esempi, per mezzo di slide e video	20 ore circa	Quindicinale da 1,5 ore mercoledì da novembre

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
1 4	FILOSOFIA E STORIA	AGOSTINO ANDREA	L'Illuminismo e la nascita del mondo moderno. Rivoluzioni, diritti e cittadinanza. Libertà e società nell'Ottocento. Il Novecento: progresso e crisi della civiltà europea. Totalitarismi, propaganda e libertà. Democrazia e Costituzione nel secondo dopoguerra. Memoria, identità e storia. Filosofia per comprendere il presente. Libertà, tecnologia, informazione e globalizzazione. Le trasformazioni della società contemporanea. Che cosa possono ancora insegnarci la filosofia e la storia nel XXI secolo?		approfondire alcuni passaggi fondamentali della storia moderna e contemporanea; avvicinare i partecipanti al pensiero di importanti filosofi della tradizione occidentale ricostruire l'origine storica e culturale di concetti quali libertà, cittadinanza, democrazia e diritti; favorire una lettura consapevole delle trasformazioni politiche, sociali e culturali; stimolare il confronto e la riflessione personale attraverso il dialogo tra passato e presente.	12 ore	8 Incontri da 90 minuti, giovedì 15.30 a settimane alterne dal 15 ottobre

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
1 5	L'Intreccio nella tradizione Sarda	LOI LUISELLA	L'importanza dell'intreccio nella cultura e nella tradizione sarda - La tecnica dell'intreccio e lo studio dei materiali.	Un copri gambe spesso per proteggersi (es: un grembiule molto spesso per proteggersi dall'ago); un ago con cruna molto larga di lunghezza 15 cm (ulteriori indicazioni le darà la docente); rafia naturale o sintetica; forbicine e buona vista!	Apprendere la tecnica base dell'intreccio	15 ore	10 lezioni da 1,5 ore, due edizioni

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
1 6	L'intreccio nella tradizione Sarda 2° livello.	LOI LUISELLA	L'importanza dell'intreccio nella cultura e nella tradizione sarda - La tecnica dell'intreccio e lo studio dei materiali.	Un copri gambe spesso per proteggersi (es: un grembiule molto spesso per proteggersi dall'ago); un ago con cruna molto larga di lunghezza 15 cm (ulteriori indicazioni le darà la docente); rafia naturale o sintetica; forbicine e buona vista!	Apprendere la tecnica base dell'intreccio	15 ore	10 lezioni da 1,5 ore da Gennaio
1 7	Lo spazio del Teatro (laboratoriale)	ANGIONI PAOLO	Fondamentali di recitazione per il teatro, lettura espressiva, improvvisazione	Abbigliamento comodo	Migliorare le possibilità espressive e relazionali attraverso il teatro	30 ore	giovedì dalle 9.30,

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
1 8	Pittura ad olio- modulo base	LAI GIULIANA	Introdurre alla tecnica dei colori ad olio, ai materiali e al processo di realizzazione di un disegno Conoscere la grammatica pittorica di base: la gestione della pennellata, le stesure, le campiture, le sfumature, le gradazioni, la miscelazione dei colori. Imparare come arrivare a una corretta resa chiaroscurale e cromatica a partire da una reference fotografica. Realizzare un'intera opera artistica	Tele, pennelli, colori a olio, solventi, strofinacci, tavolozza, matite	Questo corso è progettato per permettere a chiunque, sia neofiti che utenti con alle spalle già un'esperienza artistica, di acquisire le tecniche base e i fondamenti della pittura ad olio - creare un dipinto in autonomia	Annuale	Quindicinale mercoledì dalle 16.30 1 ora da novembre
1 9	Pittura ad olio- modulo 2° livello	LAI GIULIANA	Approfondire le tecniche già acquisite durante il corso base. Realizzare un'intera opera in completa autonomia stilistica.	Tele, pennelli, colori a olio, solventi, strofinacci, tavolozza, matite	Compiere un salto di qualità tecnico ed espressivo, in grado di approcciare alla creazione di opere autonome e personali.	Annuale	Quindicinale mercoledì dalle 17.30 1 ora da novembre
2 0	Scrittura creativa	UCCHESU DANIELE	Si andrà ad esplorare e imparare la struttura di una storia, cos'è il plot, la trama, come si delineano i personaggi, come si definisce uno stile	Carta e penna	In questo laboratorio creativo, la persona, attraverso la scrittura creativa e narrativa, esplora sé stessa, i suoi bisogni, le sue paure	10 ore	Settimanale dalle 17.30 lunedì 1 ora

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
2 1	Archeologia della Sardegna dalle prime comunità neolitiche alla civiltà nuragica	MONTALBANO PIERLUIGI	La civiltà nuragica, la sua formazione, la varietà delle architetture, e la trasformazione della società fra l'età del bronzo e la prima età del ferro, Mont è prama.	Blocco per appunti (se si desidera)	Fornire agli studenti una solida base per comprendere le dinamiche archeologiche e storiche di una grande civiltà del passato.	20 ore	Lezioni quindicinali martedì dalle 16.00 alle 18.00

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
2 2	Storia dell'Arte la Cappella sistina La volta, il giudizio universale e gli arazzi di Raffaello	FAIS RUBEN	Il corso verte sullo studio della decorazione, funzione e simbologia di un monumento, la Cappella Sistina e i suoi tre straordinari cicli decorativi. Saranno analizzati vari aspetti quali l'origine storica, gli artisti e i committenti, le funzioni religiose e politiche. Sveleremo la complessa simbologia di uno dei luoghi della cristianità più famosi del mondo che rappresenta il culmine del rinascimento a Roma e una delle più alte espressioni dell'animo umano.	A discrezione del corsista eventuale quaderno e penna per appunti; non è necessario nessun prerequisito di base	Il corso si propone di ritagliare un percorso didattico specifico per un pubblico adulto curato secondo i metodi della pedagogia sperimentale. La didattica avrà come obiettivo quello di trasmettere conoscenze mirate che permettano di acquisire informazioni utili e un metodo efficace di analisi spendibile in piena autonomia, durante un viaggio, una visita ad un monumento o in un museo. Il corso non si pone dunque come scopo quello di trasmettere il dato minuto ma educare lo sguardo e la mente alla comprensione dell'insieme.	20 ore circa	Quindicinale giovedì dalle 15.30 alle 17.00 da novembre

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
2 3	Storia di Sardegna: la Reale Amministrazione delle Torri di Sardegna	CANNAS MARIO	Storia e storie di Cagliari e della Sardegna con particolare attenzione alla narrazione di tutta la vita che si svolse intorno alla costruzione ed alla vita dell'infinità di Torri sparse nel territorio (ubicazione, tipologia, postazioni mobili, notizie e curiosità, lo stato di conservazione, etc.)	A discrezione del corsista eventuale quaderno e penna per appunti; non è necessario nessun prerequisito di base	Acquisizione di una parte importante e spesso trascurata della Storia della Sardegna che riguarda le torri costiere attraverso la narrazione di storie ed eventi. "La Reale amministrazione delle torri" nasce infatti nel 1583 ed aveva il compito di pianificare la costruzione di nuove torri oltre che provvedere alla loro manutenzione. Al termine vi sarà la possibilità di effettuare le lezioni in esterna con anche la visita alla Mostra Cannas-Monagheddu, custodita all'interno della torre di Torre Grande curata dallo stesso docente che tiene le lezioni.	12 ore	8 lezioni da 1,5 ore

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
2 4	Vernacoli e idiomi sardi	CANNAS MARIO	Racconti tradizionali sardi, tra cui fiabe, leggende e storie fantastiche legate alla vita attorno al camino (Contus de fuxili). Canto Sardo con poesia improvvisata (muttettus); Soprannomi (allumingiu); storie e pettegolezzi (Crastula); Terminologia dialettale per flora, fauna misure, geografia.		Condivisione di racconti con confronto fra le diversità dei vari paesi di origine degli iscritti	10 ore	Martedì dalle 16.00 quindicinale
2 5	Lingua Inglese livello Base	Adelina Bizzarro	Il corso è rivolto ai principianti, si darà predominanza al dialogo e alle regole di base che permetteranno di esprimersi in maniera semplice.	Materiale per Appunti	L'obiettivo è di permettere agli studenti la comprensione di un piccolo testo scritto; la produzione di un testo scritto; Capacità di comprensione di un piccolo testo orale; la produzione e interazione orale. Guardanti argomenti sulla sfera e, sentimenti e interessi ali	12 ore	12 lezioni da 1 ora martedì dalle 18.00

2 6	"L'orto condiviso di Nonno Antonino"	UNITRE ASSEMINI	Condivisione e cura di uno o più soci di un lotto di terreno assegnato gratuitamente dal Direttivo. La cura del proprio lotto consente al socio di incrementare le proprie conoscenze e scambiare esperienze e prodotti con gli altri compagni di coltivazione. Gli associati hanno a disposizione Prof. Nioi Mario che li segue e controlla che tutto sia coltivato biologicamente, pronto a dare consigli a chi non ha il pollice verde, supervisionando le attività e rispondendo anche a richieste e dubbi sulle coltivazioni. NB: Il regolamento definitivo sarà a disposizione dal mese di gennaio 2025.	Si accede in seguito a richiesta scritta al Direttivo e solo dopo aver frequentato il corso di Botanica avanzata.	Miglioramento della connettività ecologica; Miglioramento dell'accettazione e sociale; favorire e educare ad una sana alimentazione Promuovere il senso di responsabilità dei singoli attraverso l'accudimento dell'orto, favorire la circolazione dei "saperi" (ricette, tecniche di coltivazione, biologico, tradizioni, filiera corta, alimentazione sostenibile ecc.)). Educare alla cura e al rispetto dell'ambiente per favorire uno sviluppo sostenibile. Favorire lo sviluppo di un "pensiero scientifico": saper descrivere, argomentare, ascoltare; saper riconoscere e mettere in relazione semi, piante, fiori, frutti; saper porre problemi e formulare ipotesi e soluzioni; saper utilizzare un linguaggio specifico. Migliorare i rapporti interpersonali. Favorire la collaborazione e la condivisione. Facilitare e promuovere esperienze fortemente inclusive		
--------	--	--------------------	---	---	---	--	--

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
2 2 7	Il gioco degli scacchi	Matteo Sollai	Regole del gioco, il movimento dei pezzi, i principi della strategia e della tattica che portano alla conduzione della partita, secondo il regolamento internazionale. Saranno fatti collegamenti interdisciplinari tra gli scacchi e altre discipline, quali la matematica, la storia, la filosofia, la geometria, ecc.... Ogni incontro del corso sarà diviso in almeno due parti. Una di lezione teorica con l'uso della scacchiera murale e pezzi magnetici. L'altra tramite la scacchiera da tavolo, nella quale i giocatori avranno modo di cimentarsi nel gioco applicando quanto spiegato dall'istruttore nella parte precedente. In questa seconda parte, l'istruttore avrà modo di visionare le attività, quindi di intervenire sul gioco per rafforzare i concetti già esposti.		Alla fine del corso i partecipanti sapranno dare gli scacchi matti elementari, ma acquisiranno anche competenze trasversali quali la capacità di pianificazione, di progettazione, sviluppo della memoria, crescita della fantasia e della pazienza.	15 ore	10 lezioni da 1,5 ore lunedì 18.30

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
28	Yoga	Massimo Azzena	Esercizi fisici e respiratori dello Kundalini Yoga, secondo gli insegnamenti di Yogi Bhajan	Abiti confortevoli in tessuti naturali (Lino, Cotone, etc.), tappetino da palestra, certificato medico,	Allenare la mente e il corpo ad essere forti e flessibili di fronte alle difficoltà e ai cambiamenti	10 ore	1 ora mercoledì dalle 9.00
29	Francese Base	Adelina Bizzarro	Il corso è rivolto ai principianti, si darà predominanza al dialogo e alle regole di base che permetteranno di esprimersi in maniera semplice.	Penna e quaderno	L'obiettivo è di permettere agli studenti la comprensione di un piccolo testo scritto; la produzione di un testo scritto; Capacità di comprensione di un piccolo testo orale; la produzione e interazione orale. Tutti riguardanti argomenti sulla sfera familiare, sentimenti e interessi personali	10/12 ore	Lezione da 1 ora martedì dalle 18.00 da fine gennaio
30	Francese secondo livello	Adelina Bizzarro	Nuove regole grammaticali, verbi irregolari nelle forme temporali, e composizione e dialoghi semplici.	Penna e quaderno	Migliorare l'abilità di ascolto e comprensione dal livello basilare precedente	10/12 ore	Lezione da 1 ora da fine gennaio giovedì dalle 18.30
31	Inglese secondo livello	Adelina Bizzarro	Nuove regole grammaticali, verbi irregolari nelle forme temporali, e composizione e dialoghi semplici.	Penna e quaderno	Migliorare l'abilità di ascolto e comprensione dal livello basilare precedente	10/12 ore	Lezione da 1 ora giovedì dalle 18.30

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
3 2	Spagnolo Base	Karen Salevsky	1) presentarsi, salutare, ringraziare 2) utilizzo verbo: ser, estar, hacer, ir 3) coniugazione dei verbi regolari nelle 3 persone del singolare 4) esprimersi attraverso del Presente dell'indicativo 5) descrivere: relazione tra articolo, nome e aggettivo, genere e numero 6) parole che servono per l'orientamento spaziale e temporale 7) vocabolario: la casa, la famiglia, il tempo libero	Carta e penna	Portare le persone in quella condizione dove il cervello si apre all'esperienza del "imparare a parlare",	30 ore	Lunedì dalle 9.00 Lezioni da 1,5 ore

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
33	Archeologia della Sardegna medievale: da Bisanzio ai Giudicati	Valentina Milia	Periodo storico dell'Isola: compreso tra la dominazione bizantina, la nascita dei Giudicati e la formazione del Regno di Sardegna. Partendo dall'eredità lasciata da Bisanzio, verranno analizzati i processi che portarono alla nascita dei quattro Giudicati e allo sviluppo di una civiltà originale nel contesto mediterraneo. L'organizzazione del territorio, della nascita delle città, delle fortificazioni, delle attività produttive e dei commerci che collegavano la Sardegna alle grandi rotte del Mediterraneo. Studio degli insediamenti rurali, dei castelli, delle chiese e dei reperti rinvenuti negli scavi.		Accompagnare i partecipanti alla scoperta di questo patrimonio storico e archeologico, illustrando i principali eventi che hanno caratterizzato il Medioevo sardo e mostrando come l'archeologia contribuisca alla conoscenza della vita quotidiana, dell'economia, delle istituzioni e della cultura delle popolazioni che hanno abitato l'isola	20 ore	Dalla riapertura di gennaio fino a fine anno

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
3 4	Il Regno di Sardegna e il fenomeno del banditismo	NIOI MARIO	Formazione del Regno Sardo Piemontese dopo il trattato di Londra; Condizioni sociali ed economiche; fenomeni che hanno caratterizzato il periodo storico; riforme agrarie; legge sulle chiudende; contrasti sociali; fenomeni del banditismo	Blocco per appunti	Conoscenza del periodo storico, sociale e culturale in cui si sviluppò il Banditismo in Sardegna	20 ore circa	Lezioni da 1,5 ore da gennaio
3 5	Tai Chi	Annarita Sarritzu	Esercizi di Allungamento, scioglimento, tonificazione e un generale lavoro sull'apparato locomotore		Migliorare il coordinamento l'equilibrio e la meditazione	10 ore	Mercoledì dalle 10.30 alle 11.30
3 6	Fotografia	Alessio Ortu	Si inizia con lo spiegare cos'è la fotografia (la storia, i grandi fotografi, fotografie iconiche e fotografia moderna). Composizione ed elementi dominanti. Smartphone, fotocamera. Impostazioni e suggerimenti. Composizione e aspetti post produzione. Esportazione per pubblicazione social e stampa. Prove pratiche in aula, esempi, uscite esterne	Smartphone e/o Fotocamera digitale	Appassionare gli studenti, permettere di fermare l'emozione negli scatti fotografici	Annuale	Mercoledì dalle 18.30 alle 19.30

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
3 7	Periodo Giudicale Carta de Logu e Castelli	Mario Nioi	Dal periodo storico dell'abbandono della Sardegna da parte dei Bizantini; nascita dei Giudicati con la costruzione di buona parte dei castelli e i contrasti fra loro; Famiglie nobili (Genovesi, Pisane,etc) e loro infiltrazione con la politica matrimoniale; Carta de Logu; Periodo di decadenza dei giudicati.		Rafforzare la conoscenza del periodo storico giudicale.	20 ore circa	Mercoledì 13/14 lezioni da 1,5 ore
3 8	Incartarte	Luisella Loi	Ricerca della materia prima (volantini, quotidiani, riviste e dépliant). Valutazione dei vari tipi di carta per i diversi tipi di lavorazione. Taglio della carta e lavorazione delle "cannucce". Tecnica di intreccio e arrotolamento. Taglio delle strisce e lavorazione delle perle. Realizzazione dei gioielli. Colorazione e decorazione dei lavori	Colla vinavil - stecchi di legno, colori tempera e acrilici, caffè solubile, pennelli, colla a caldo. Il costo del materiale sarà a carico del corsista.	Sensibilizzazione e educazione al riciclo della carta incoraggiare il riutilizzo creativo. Stimolare la manualità e la creatività nel progettare e realizzare i vari oggetti in carta per la realizzazione di oggetti di design e di uso comune. Favorire la socializzazione dei partecipanti in un ambiente stimolante e partecipativo.	30 ore	2 moduli da 15 ore, lezione da 1,5 ore, preferibilmente al mattino giovedì dalle 9.00

3 9	FITNESS DELLA MENTE	UCCHESU BRUNO	Ogni lezione inizia con un momento di accoglienza, un riscaldamento, l'esercizio del giorno, un'applicazione pratica e una riflessione finale su quanto si è imparato. si chiude con l'applicazione concreta: uno scontrino, un volantino del supermercato, un orario dei mezzi, una mappa della città, una giornata da riorganizzare. Si lavora in gruppo e a coppie, perché spiegare a un altro è uno dei modi più efficaci per fissare ciò che si è capito, e perché la compagnia è essa stessa parte dell'allenamento.	Quaderno	Ragionamento analitico.; Distinguere nell'informazione il vero dal suggerito. Calcolo. Strategie per contare a mente in modo rapido e sicuro: Affronto delle difficoltà. Un metodo per definire un problema, raccogliere ciò che si sa, generare più soluzioni i, scegliere con criterio e verificare l'esito. Attenzione e memoria. imparare a governare le disattenzioni, ampliare ciò che si riesce a tenere a mente mentre si ragiona; ritrovare e raccontare i propri ricordi in modo ordinato. Parola e comprensione. Trovare più in fretta il termine giusto, cogliere il senso figurato di un'espressione. Flessibilità. Cambiare piano quando le circostanze cambiano, reggere due cose insieme senza perderne una.	12 ore	12 lezioni da 1 ora martedì dalle 10.30
4 0	Chitarra 2 livello	Ucchesu Bruno	Le scale musicali, costruzione degli accordi. Il barré e il controllo ritmico. La mappa del manico. Tecnica: postura, indipendenza delle dita, Costruzione del repertorio: Pulizia di esecuzione del barré maggiore Barré minore, s	chitarra acustica o classica, capotasto mobile, metronomo (o app), accordatore.	Aumentare le conoscenze musicali e le tecniche di esecuzione di brani e canti con accompagnamento di chitarra.	12 ore	12 lezioni da 1 ora martedì dalle 11.30

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
			Il ciclo delle quinte. La mano destra: ritmo, accento, arpeggi. La battuta, il levare, l'anticipo ritmico. Il Fingerpicking e l'arpeggio con le dita Teoria: rivolti e note del basso: quale nota mettere sotto l'accordo. Repertorio: una ballata lenta arpeggiata, analisi armonica di un brano del repertorio dell'allievo. Giri armonici e trasposizione Accompagnamento e melodia insieme Armonizzare una melodia nota con gli accordi giusti. Teoria: forma della canzone (strofa, ritornello, ponte). Conclusione: esecuzione di tre brani preparati — uno ritmico, uno arpeggiato, uno strumentale.				

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
4 1	Composizioni Floreali - corso base	Fois Caterina	Composizione di fiori con materiali diversi (seta, lattice, plastica, etc.) modellazione di spugna asciutta, tecniche di composizione floreale artificiale.	Tronchesine, pinze, colla a caldo. Il resto del materiale occorrente sarà suggerito dalla Docente. Il costo di tutto il materiale sarà a carico del corsista.	Apprendere tecniche fondamentali della composizione, progettare e realizzare elementi decorativi.	12 ore	Mercoledì dalle 15.00 lezioni da 1.5 ore a cadenza quindicinale
4 2	Gioielli di bigiotteria - corso base	Fois Caterina	Scelta dei materiali, uso degli arnesi e attrezzi necessari, creazione di una parure coordinata, conservazione e presentazione dei gioielli	Pinze a becchi, tronchesine. Il resto del materiale occorrente sarà suggerito dalla Docente. Il costo di tutto il materiale sarà a carico del corsista.	Ideare e realizzare in autonomia gioielli di bigiotteria	12 ore	Mercoledì dalle 15.00 lezioni da 1,5 ore a cadenza quindicinale

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	<i>TITOLO DEL CORSO</i>	<i>DOCENTE</i>	<i>PROGRAMMA</i>	<i>MATERIALI ESSENZIALI</i>	<i>OBIETTIVO DEL CORSO</i>	Durata	<i>Note</i>
4 3	Coro "Pagode"	Daniele Ucchesu	Coro pagode, coinvolgimento dei presenti che si uniscono al cantante solista ripetendo parti della canzone "tema" (Ritmo brasiliano con percussioni e piccoli strumenti)		Musica in allegria	20 ore	martedì dalle 19.00 alle 20.00

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
4 4	Coro polifonico	Andrea Sarigu	Prima parte: Tradizione Italiana e Canti di Natale (Quel mazzolin di fiori, Adeste Fideles / Tu scendi dalle stelle, Naschid'est in sa capanna) per impostare la coralità a più voci studiando canti di festività invernali l'armonizzazione a 2 voci (melodia e seconda, voci chiare e voci scure). l'impasto vocale e dinamiche del "piano" e del "forte".i Seconda parte: Il Gospel e la Coralità Sarda (When the Saints Go Marching In, No potho riposare, Amazing grace ,Nanneddu Meu); introdurre un accenno di polifonia a 3 voci;sostegno del fiato su una polifonia dolce e lineare a 2/3 voci; cura dell'espressività e del legato; .	entusiasmo e coraggio	● Sviluppo della vocalità: Scoprire la propria voce e imparare a usarla senza sforzo, migliorando l'emissione del fiato. ● Allenamento cognitivo: Stimolare la memoria a breve e lungo termine attraverso l'apprendimento dei testi e delle melodie. ● Inclusione e socialità: Combattere l'isolamento, favorire l'empatia e l'aiuto reciproco all'interno del gruppo. ● Obiettivo Performance: Preparazione di un piccolo repertorio da presentare in un saggio finale (maggio) o in occasione delle festività (es. Natale).	30 ore	20 lezioni da 1,5 ore, lunedì dalle 18.00

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
4 5	patchwork	Pinella Aste	<i>Prima fase - parte superiore del lavoro;</i>il taglio dei tessuti in forme geometriche semplici: quadrati, triangoli, esagoni. Unione dei tagli combinati in forma e colore. che cucite, combinate tra loro per forma e colore... <i>La seconda fase;</i> creare un sandwich sovrapponendo: la parte superiore della prima fase, la parte media, ovvero una imbottitura con un tessuto di diverso spessore in relazione all'uso del manufatto e la parte inferiore di stoffa, solitamente in tinta unita. <i>La terza fase;</i> fondamentale, è la trapuntatura per tenere uniti tra di loro i tre strati. Si effettua a mano con l'aiuto di un telaio <i>La quarta e ultima fase</i> consiste nell'orlare i tre strati con uno sbieco.	*Occorrente: tessuti diversi per colore e disegni purché dello stesso spessore. (preferibili cotonine americane). Ovatta sintetica o di fibre naturali. Tappetino per il taglio. Riga, cutter, spilli da patchwork. ago, filo e ditale.	Stimolare fantasia e creatività artistica e fare appassionare con il recupero di pezzetti di stoffa, residui di altre lavorazioni, con la creazione di manufatti quali coperte, tovaglie, borse etc.	10/12 lezioni	martedì dalle 9.00 alle 10.00

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
4 6	Open-office	Roberto Rovito	Introduzione al gruppo di programmi Open-office e alle finalità di ciascun modulo: Uso pratico di ciascun modulo - La videoscrittura - Il foglio di calcolo - Le presentazioni	Personal computer Conoscenze Informatiche di base. Smartphone con accesso a internet	Stimolare l'uso del proprio computer e dei programmi." "Familiarizzare" con l'impiego digitale nei bisogni personali.	15 Ore	lezioni da 1,5 ore mercoledì dalle 9.30 alle 11.00
4 7	Francese colloquiale	Salvatore Mannu	Esercitazioni in aula, anche senza possesso di basi.	Lavagna bianca, carta, pennarelli.	Apprendere la corretta pronuncia del francese colloquiale. Portare a termine una conversazione di tipo turistico. Raggiungere un'autonomia di ricerca delle esatte parole in tutti gli ausili didattici presenti e passati (Ordinateur; Tablette; Dictionnaire; Journaux; ect..	24 ore	lezioni da 1,5 ore lunedì dalle 11.00 alle 12.30

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
4 8	Ceramica Sarda - corso base	Luca Cossu	modellazione dell'argilla per creare oggetti in bassorilievo in varie forme (allungate, circolari, etc) e altri manufatti. Oltre all'uso dell'argilla, si procederà con la pittura e, eventuale e successiva, cottura per realizzare un prodotto finito e verniciato. <i>N.B.</i> <i>La fase di cottura potrà avvenire, previo accordo, nel laboratorio del docente.</i>	I costi del materiale e della eventuale possibile cottura sono a carico del corsista	Favorire le proprie abilità manuali e fantasia, stimolate dalla duttilità e dalle possibilità creative che offre l'argilla. Sviluppare un lavoro di gruppo e di confronto con sé stessi e gli altri.	Modulo da 15 ore	Lunedì dalle 15.30 alle 17.00
4 9	Acquerello - modulo base	Secci Raffaele	Studio e realizzazione di paesaggi, fiori e nature morte	Il materiale occorrente sarà suggerito dal Docente. Il costo di tutto il materiale sarà a carico del corsista.	Apprendimento delle tecniche più semplici, far emergere stile e personalità di ciascuno.	Modulo da 15 ore	Lezioni quindicinali da 1,5 ore mercoledì dalle 10.30 alle 12.00

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
50	Acquerello - modulo 2° livello	Secci Raffaele	Approfondire le tecniche già acquisite durante il corso base. Realizzare un'intera opera in completa autonomia stilistica.	Il materiale occorrente sarà suggerito dal Docente. Il costo di tutto il materiale sarà a carico del corsista.	Perfezionamento della tecnica e sviluppo di una maggiore autonomia espressiva.	Modulo da 15 ore	Lezioni quindicinali da 1,5 ore mercoledì dalle 10.30 alle 12.00

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente all'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	Durata	Note
5 1	Ritrattistica	Stefania Cogotti	Osservazione dell'anatomia di un volto differenze dello studio dal vero e quello da foto. Studio del Viso e delle Proporzioni Metodi per riportare le proporzioni Ritratto: frontale / tre quarti / profilo esecuzione dai particolari all'intero viso Volumi e Chiaroscuro Tecniche: Matite, carboncino	• Album da disegno semi ruvido A4 Fabriano • Matite HB/B/2B • Temperamatite o taglierino • Gomma pane / Gomma dura • nastro carta e pinza per fogli • Foto del viso che si vuole ritrarre, una fotocopia della stessa foto in bianco e nero e una a colori	Il disegno in generale in questo caso "Il Ritratto" diventa un modo per imparare ad osservare i dettagli e poi l'insieme, per poi riprodurlo su carta. Acquisire sicurezza nel ritrarre un volto il più possibile somigliante	12 ore	8 lezioni da 1,5 ore giovedì dalle 17.30, dal 10 Dicembre