

# 广东省妇女儿童活动中心老人大学

## 2016 年春季招生简章

广东省妇女儿童发展指导中心（以下简称中心）是省妇联下属的事业单位，座落在五羊新城、珠江岸边，毗邻珠江新城，环境优美。中心成立的“广东省妇女儿童活动中心老人大学”始终以“老有所学、老有所乐、增长知识、丰富生活、陶冶情操、促进健康、服务社会”为办学宗旨，师资队伍优秀，教学设备先进，开设有特色的各类培训课程，欢迎广大朋友踊跃报读。

### 报读须知

- 1.招生对象：凡居住在广州市内，身体健康能坚持参加学习的广大朋友均可报读。
  - 2.学制：半年、一年、两年、三年。
  - 3.课程设置：开设电脑、书画、声乐、舞蹈、钢琴、器乐、保健养生、摄影、手工制作、烹饪、点心制作等专业课程。
  - 4.报名手续：新学员凭身份证原件和本人小一寸半身免冠彩色近照一张报名入学，老学员凭学员证注册缴费。
  - 5.报名缴费时间：新学员从2015年12月14日起开始报名，逢周一至周五，上午8:40至11:40,下午14:00至16:30。
  - 6.报名地点：广州市越秀区五羊新城明月一路22号广东省妇女儿童活动中心大楼一楼收费处。  
(公共汽车五羊新村站B9、B21、53、89、194、197、263、266、225、230、37、130、189、204、252、51、51A、122、122A、195、301、301A、303、303A、305、562、781、836、882、138、44、222、节假日公交专线2、高峰快线19；  
地铁5号线五羊邨站B出口，往广州大桥方向步行至明月一路转入100米即可)
  - 7.开学日期：2016年2月29日（周一）(周二至周六上课的开学日期顺延为3月1日至5日)
  - 8.上课周数(次)和时间：17至18周(次)，A段08:30—10:00、B段10:15—11:45，C段14:30—16:00
  - 9.学校报名系统将按学员报名先后顺序自动安排座位，年满70周岁或视力达不到0.5的学员请于报名时提供有效证明，以便安排座位时给予酌情考虑。
  - 10.报名前请根据本人兴趣爱好、时间安排等慎重考虑所报课程，报名后原则上不予退班、换班。退换班请凭发票在开学后的第一周内(即2月29日至3月5日)办理，换班手续费10元/人（限换一次）、退班手续费20元/人，逾期均不予办理；退班仅限由于身体原因不能继续学习的学员，提供医院相关证明并经校方确认同意后方可退费。
  - 11.未达到年龄（男60岁、女50岁）报读的学员需加收20%的学费。
- 报名咨询电话：020-87345377、87358786、87398363、87358585  
中心网址：<http://www.gdfzcx.com/>

### 课程设置：

(注：序号中标注★为新开班 标注▲为升级班 未标注的为续开班 )

黄色标记，表示到2015年12月18日上午已经报满的课程。

专业	序号	班名	上课时间	上课地点	学制	学费 (元/学期)	任课老师	课程简介	老师简介
书画类	1★	隶书入门	周二A段	303	一年1	210	何冠洲	掌握书法基础理论和隶书书写技能，能独立摹写和临写《礼器碑》，并创作合乎章法的作品。	广州市书法家协会会员，师从其外公秦粤生以及连登、李伟、周正山先生，对欧阳询的楷体造诣尤深。
	2	行书提高	周二B段	303	一年2	230		掌握书法基础理论和行书书写技能，能独立临摹《王羲之兰亭序》书体。	
	3★	行书入门	周三A段		一年1	210			
	4	书法研修	周三C段	303	两年4	250		自我选定一种字帖，书体（篆、隶、楷、行、草、篆刻）不限，字体不限。（字源）：每堂课介绍两个字的篆、隶、楷、行、草演变过程。	

专业	序号	班名	上课时间	上课地点	学制	学费 (元/学期)	任课老师	课程简介	老师简介
书画类	5	楷书 (爨体提高)	周三B段	405	一年1	210	何冠洲	学习书法基础理论和楷书书写技能,能独立摹写和临写《九成宫醴泉铭》。	广州市书法家协会会员,师从其外公秦粤生以及连登、李伟、周正山先生,对欧阳询的楷体造诣尤深。
	6	楷书入门	周四A段	303	一年2	210			
	7★	楷书入门2	周四B段	302	一年1	210			
	8★	楷书入门3	周三C段	302	一年1	210	梅文燕	从基本笔画点横竖撇捺的写法学起,学习笔画的组合、字的结构及作品的基本章法,掌握欧阳询楷书基本书写技能。	出身于著名的书法世家,外公秦粤生为中国著名书法家,在书法教学方面积累了充实的实践教学和教学心得,尤以指导楷书入门为长。
	9▲	中国山水画 提高	周二B段	302	两年1	230	胡晓云	以传统为本,系统专业的讲解和阐述山水绘画知识,为日后的自我写生创作服务。	美术家协会广东省会员,作品多次入选全国及省级专业美术大展,个人画风极具云山秀水.空灵苍润之意境!
	10★	国画写意人 物入门	周一C段	303	两年1	210	陆家鑫	精讲与示范相结合,教授“基本画法”、“动态变化分步画法”和“组合构图习作”等三大画法,让学生快速掌握中国画的笔墨技法和绘画“诀窍”。	中国书画家协会理事、中国书画研究院艺术顾问,曾获国家级国画4金2银奖。
	11▲	国画写意 花鸟提高	周四B段		两年1	230			
	12	彩色铅笔画 3	周五B段		一年1	220			
	13★	素描基础5	周三B段		两年1	220			
	14	素描基础2	周三C段	207	两年4	220		学习素描基础知识、透视规律、结构比例关系等,训练学员观察、分析、操作“的能力和造型的表现技法”。	
	15	国画山水 基础	周三A段	302	两年1	210	吉元宁	学习传统水墨山水画的基础绘画过程,使学员掌握国画山水画技法,提高欣赏传统山水画艺术的能力,独立完成作品。	师从广州美术学院王肇民、黎雄才等诸先生,研修于广州美术学院周大集教授及吉梅文教授工作室。
	16	国画花鸟 基础	周三B段	302	两年4	210		学习花鸟画基本技法及传统画法,含用笔用色、造型构图。提高学员对绘画艺术的审美能力和中国花鸟画法的表现能力。	
	17	线描景物 速写	周一A段	303	两年4	220	文志	讲授形体结构、透视、比例、运用不同形式的线条去表现绘画对象,逐步掌握钢笔画的技法特点和速写表现技能。	中国美术家协会会员、广东省美术家协会会员、广州水彩艺委会委员、广州画院合约画家、广州开明画院画家。
	18	初级 水彩画	周一B段	303	三年4	210		以景物、风景、人物为内容,讲授基础素描、色彩知识、构图形式、循序渐进掌握水彩画技能。	
	19	油画基础	周二C段	207	三年2	250		通过学习,掌握油画基础知识,观察及表现技法,从静物开始到风景、人物的绘画制作。	
	20	素描基础4	周三A段	207	一年2	220	古加路	素描是一切绘画造型的基础。通过学习绘画透视和基础理论,使观察能力得到提高,陶冶性情。	毕业于广州美术学院油画系,08年至今从事美术教育工作。作品曾在中国美术研究所主办的广东美术馆素描艺术展、广州青年美术作品展上获优秀奖。
	21	彩色铅笔画	周三B段	303	一年2	220		学习彩色铅笔画绘画的造型能力,获得色彩的基础知识,逐步提高个人审美情趣。	
	22★	彩色铅笔画 2	周五A段	303	一年1	220			
	23	工笔花鸟画	周一B段	302	两年1	220	潘礼桓	从花.鸟.梅.兰.菊.竹基本写生造型学起,通过白描,设色等工笔画技法逐步掌握工笔花鸟画技法。	任教于多所老人大学,曾获全国书画大赛优秀奖,获广东省政府杰出岭南书画名家称号。

专业	序号	班名	上课时间	上课地点	学制	学费 (元/学期)	任课老师	课程简介	老师简介
电脑类	24★	计算机网络应用基础	周三C段	313	一年1	310	胡莉雄	学习和使用互联网的基本操作技能,掌握浏览网页、搜索信息、下载图片、在线听音乐、在线看视频,开通电子邮箱、接发邮件等知识和技能。	毕业于广州大学师范物理专业,原广州市第十六中学计算机高级教师,在多家老人大学任教。
	25	电脑基础3	周四B段	313	一年2	310	徐文俊	介绍电脑的基本知识,学习上网、QQ、微信、下载、网上购物、电脑日常基本的维护等。	毕业于陕西科技大学计算机科学与技术专业,已获网络管理技师技能证书。
	26	智能手机视频制作	周一B段	310	半年	360	张晖	用手机拍出好看的视频,并且用手机对视频进行编辑。	有多年电脑教学经验,曾获得“广州市优秀教师”称号,获得企业培训培训师证和教师职称证,曾在小学及其他老人大学和教育培训机构任教,深受各年龄层次学员的欢迎。熟悉老人的特点,能用通俗易懂的语言耐心解说,消除学员初学时的陌生感和神秘感;注重操作练习,使大家能尽快上手,熟悉操作;课后也乐于接受学员咨询,为老年朋友们学习电脑、手机提供良好的帮助。
	27	Photoshop技巧	周一C段		半年	390		数码相片处理软件Photoshop的调整层、调色(色彩技法)。	
	28	会声会影视频制作基础	周二B段		半年	360		用会声会影对视频进行编辑处理、输出。	
	29	电子幻灯片(电子相册)基础	周二C段		半年	360		把照片、图片集中编辑,并配上音乐、视频、解说词,做成一个有主题的电子相册。	
	30	智能手机与电脑基础	周三B段		半年	360		电脑基本操作;手机的基本操作;微信基础。	
	31	Photoshop基础	周三C段		半年	390		数码相片处理软件Photoshop的基本知识、色阶、曲线、色相/饱和度。	
	32	智能手机与电脑提高	周四B段		半年	360		QQ、百度云手机版与电脑版;手机管理;网上购物及网上办事。	
	33	智能手机摄影与后期处理	周四C段		半年	360		用手机拍出漂亮照片的技巧;用手机上的修图软件处理手机照片。	
	34	Photoshop综合应用	周五B段		半年	390		数码相片处理软件Photoshop的特效、批处理、动画、3D。	
35	Photoshop提高	周五C段	半年		390	数码相片处理软件Photoshop的图层、通道、蒙版。			
摄影类	36▲	数码摄影专修	周二上午 9:00—11:00	210	一年1	240	何肃凯	着重从摄影理论方面讲授,使学员掌握阴影的作用、现场光和人造光摄影、白平衡与色彩还原等摄影理论。	从上世纪七十年代初开始学习摄影,师从多位专业摄影师,长期从事摄影、电脑教学工作,在网上发表一百多篇游记和摄影作品。
	37	数码摄影提高1	周二C段		一年2	220		使学员进一步认识太阳光不同时候、不同角度的光线对被摄物体的影响,针对不同的光线,在拍摄时运用相应的处理措施。	
	38★	数码摄影基础4	周三C段		一年1	200		了解数码相机的基本结构和摄影基础理论,掌握摄影的基本规律和标准方法,熟练地运用数码相机的自动模式拍摄照片。	
	39	数码摄影基础5	周五上午 9:00—11:00		一年2	200			
	40★	数码摄影与应用	周一C段	210	两年1	200	谭培	围绕摄影操作技术为中心,涉及面广,实用性强,技术性强。同时也是民间非正规摄影教育的结果补充,适合有一定摄影实践水平的影友报读。	国家专业高级摄影师,国家一级艺术家。美国摄影学会、英国皇家摄影学会成员。
	41★	数码摄影基础1	周四A段	210	一年1	200	徐文俊	<b>第一学期:</b> 学习数码相机的使用、相片的构图,人物、风光、夜景的摄影技巧; <b>第二学期:</b> 通过电脑对数码相片进行后期处理与电子相册软件的使用。	毕业于陕西科技大学计算机科学与技术专业,已获网络管理技师技能证书。
	42	数码摄影基础2	周五A段	313	一年2	390		利用Photoshop软件,对相片进行后期处理,相框、多相片合成,多种滤镜效果的使用等。	
	43	Photoshop基础2	周五B段	313	一年2	390			
44	数码摄影基础3	周三B段	210	一年2	200	廖志刚	通过强化学习,掌握单反相机拍摄花卉、静物、逆光拍摄等艺术摄影基本要领,拍摄出具有一定创作意识水平的作品	中国艺术摄影协会会员、广东省摄影家协会会员理事、人社部摄影高级技师、美国摄影学会会员。	

专业	序号	班名	上课时间	上课地点	学制	学费 (元/学期)	任课老师	课程简介	老师简介	
摄影类	45 ★	数码摄影基础 7	周三 A 段	210	一年 1	200	廖志刚	通过基础学习,掌握对焦、曝光、光圈、快门、ISO 感光度、测光等数码拍摄基本要领,拍摄出具有一定创作意识水平的作品	中国艺术摄影学会会员、广东省摄影家协会会员理事、人社部摄影高级技师、美国摄影学会会员。	
	46	数码摄影基础 6	周二 A 段	401	一年 2	200				
	47	数码摄影提高 3	周二 B 段	401	一年 2	220				
	48	数码摄影提高 4	周四 B 段	210	两年 1	220	黄永杰	讲述色与光的原理以及在摄影中的控制、造型艺术与摄影构图的关系等课程。		省摄影家协会会员,启耀摄影艺术学校优秀讲师。从事摄影,摄影教育工作多年。
外语类	49 ★	出国旅游英语初级	周五 A 段	307	两年 1	190	何明明	针对不懂英语或略懂英语但会话能力不强的朋友而设的课程,旨在帮助他们在短时间内熟悉和掌握出国旅游以及日常生活中不同场合常用的英语会话	毕业于河北师范大学英语系,大学毕业后开始从事教学至今,拥有丰富的教学经验,曾任高中英语教师,现在多个培训机构任英语教师。发音纯正,教学认真,深受广大学员赞誉。	
	50 ▲	出国旅游英语 1	周五 B 段		三年 5					
	51	出国旅游英语 2	周二 A 段	307	两年 3					
	52	出国旅游英语口语	周三 B 段		两年 2					
	53 ★	唱歌学英语	周二 B 段	201	一年 1					
	54	唱歌学英语 2	周四 B 段	401	一年 1					
	55	新概念英语初级	周三 A 段	307	一年 2					
	56 ★	出国旅游英语会话	周三 B 段	311	两年 1	190	张循方	使用《旅游英文会话袋着走》作为教材,适合英语初学者和旅游过程中需使用简单英语对话的学员,要有一定的初级英语基础		原中山大学外语学院英语讲师,广州市科技翻译协会会员,先后在报刊、杂志上发表过 150 多篇译文。
	57	英语入门 1	周二 B 段	307	两年 3	190	饶彩凤	通过对国际英标的初步认识,学习掌握一些词汇,运用这些词汇学习英语简单会话,达到能用英语与人简单交流、表达的目的。		广东省教育学院英语系本科毕业,从事英语教育三十多年。近年来参与老人大学教学,研究积累了很多行之有效的教学方法。
	58	英语入门 2	周二 A 段	305	两年 2	190				
声乐类	59 ▲	有氧声乐 1	周五 A 段	201	两年 1	190	孙小坡	有氧声乐是以训练人体机能为主要发声手段,使人体机能的:发声器官,呼吸器官、共鸣器官、吐字器官等各个歌唱器官。得到有效的、直接的、直观的训练、体验、感知,使身体各个部位协调的运动,来完善、完成歌唱技术技巧一种声乐教学方法。	毕业于山东曲阜师范学院,中国电视音乐家协会广东省分会副会长,曾获全国“德艺双馨”、“香港国际声乐比赛”优秀指导老师。	
	60	有氧声乐 2	周五 B 段		两年 4	190				
	61	有氧声乐 3	周三 A 段		两年 1	190				
	62	有氧声乐基础 1	周四 A 段	4 楼多功能室	两年 1	190				
	63	有氧声乐基础 2	周四 B 段			190				
	64	咽音练声歌唱技法 1	周二 C 段	201	两年 3	190	李志中	把抽象深奥的声乐理论,用形象生动的语言配以电脑挂图、照片、模型和自身示范,使学员看得见摸得着,较快地理解练声和歌唱的技巧。		原广州合唱团副团长、广州市音乐家协会常务理事、广州地区“咽音”练声法传承人。
	65	咽音练声歌唱技法 2	周一 A 段			190				

专业	序号	班名	上课时间	上课地点	学制	学费 (元/学期)	任课老师	课程简介	老师简介
声乐类	66	声乐养生 1	周四 A 段	201	两年 3	190	利坤莹	系统地学习科学的呼吸和发声方法，结合歌曲进行学习，加强声乐基础知识训练，提高个人的音乐修养。	毕业于星海音乐学院音乐教育专业本科，长期从事音乐教育工作，声乐上先后跟从西班牙留学归来的导师孙爱平，广州乐团男低音声乐导师黄书宁，上海音乐学院女高音关慧棠导师学习和演唱大量的中外艺术歌曲及歌剧咏叹调。有较强的演唱技术，功底扎实。
	67	声乐养生 2	周四 B 段		一年 2	190			
	68	声乐基础 9(小)	周二 A 段	2 楼小剧院	一年 1	300			
	69	声乐表演 (小)	周二 B 段		一年 1	300			
	70	声乐演唱 (小)	周三 B 段		一年 1	300		在掌握乐理视唱的基础上，运用科学的发声方法演唱各类型声乐歌曲，力求达到演唱与表演相结合。	
	71	声乐演唱技巧	周二 A 段	201	两年 1	220	李莊	掌握正确的呼吸方法和发声方法，让学生感悟真假声科学地结合，并用以在演唱的技巧中。	广州市音乐家协会会员，毕业于星海音乐学院师范系。
	72	声乐中级	周四 C 段	201	两年 1	200	邓坤莲	继续巩固与提高科学发声技巧与多种风格歌曲的演唱能力，提高简谱与五线谱的视唱水平。	毕业于广东人民艺术学院（现星海音乐学院）声乐系，中国音乐家协会会员，声乐副教授。曾多次举办个人演唱会专场。多次获学校的优秀园丁奖。
	73	声乐技巧	周二 3:00-4:30	4 楼多功能室	两年 1	220			
	74	声乐基础 2	周一 B 段	201	两年 1	190	温蝉菩	以美声教学为基础，学习声乐知识，解决气息和声音位置等问题，帮助学生掌握歌唱的方法。	大学期间选择主修声乐，师从教育系张婉教授及西班牙归国教授孙爱平。毕业后于广东外语外贸大学南国商学院艺术教育系任声乐讲师。曾获 2009 年第四届中国青少年艺术节广东省总评选优秀指导教师；《德艺双馨》优秀指导教师；
	75	声乐基础 10	周一 C 段	4 楼多功能室		190			
	76	视唱练耳 (小)	周四 A 段	2 楼小剧院		300			
	77	声乐小 1	周四 C 段			300			
	78	声乐小 2	周五 B 段		300		学习如何运用正确的气息歌唱，学习系统的发声方法，并在此基础上，学习如何演唱！		
	79	声乐基础 3	周三 C 段	201	一年 2	190	张寅	学习声乐基本知识，掌握歌唱技巧、激发学生对音乐的兴趣。	毕业于广州大学音乐教育专业，拥有多年教学及舞台演出经验。
	80	声乐基础 4	周一 C 段	201	一年 2	190	蔡延青	以美声教学为基础，通过科学的发声练习，培养学生的音乐感受，演唱较高难度的歌曲。	毕业于星海音乐学院，曾参加全国“电视希望之星大赛”荣获广东赛区美声组银奖、北京赛区美声组“全国十佳歌手”称号。有丰富的演出经验和担任过多场声乐比赛的评委，担任多个单位的歌唱指导老师和合唱指挥。
	81	声乐小 3	周三 2:00-3:30	2 楼小剧院	一年 1	300		利用小班特色，更加精确的训练母音. 吟诵和歌唱，打造精品教学模式，结合一对一指导，一人或几人演唱. 对唱等形式，激发学生对歌曲作品的兴趣。	
82	声乐小 4	周三 3:40-5:10							
83	声乐基础 7	周一 B 段	4 楼多功能室	一年 1	190	结合纯母音吟唱，加强呼吸. 共鸣和咬字，合理用嗓，使学员得到音域宽广. 伸缩自如的演唱能力。			
84	声乐基础 6	周三 B 段		一年 1	190	通过科学的发声练习，结合纯母音吟唱，使声音通透圆润，在发音方法上做到气息. 声带畅通统一，有表情的演唱较高难度的歌曲。			

专业	序号	班名	上课时间	上课地点	学制	学费 (元/学期)	任课老师	课程简介	老师简介
声乐类	85	声乐表演技巧	周五C段	201	一年2	220	田敏	以“说着唱”，体会说和朗诵过程中自然的呼吸状态，以“唱念”结合打基础，通过音乐化语言表现“声”和“情”，声情并茂、字正腔圆的准确的表达歌曲。	毕业于武汉音乐学院音乐教育，主修声乐，师从李庚教授和周建良教授。毕业后随星海音乐学院声乐系留德声乐博士王书毅老师学习声乐，曾获湖北省“樱花杯”声乐大赛，有丰富的教学和舞台表演经验。
	86★	声乐基础12(小)	周二C段	2楼小剧院	一年1	300		学习正确呼吸方法，合理运用各共鸣腔，改善自身音色，唱出优美的歌声。	
	87	声乐基础11(小)	周一B段	2楼小剧院	一年1	300	邓秀兰	通过科学、系统、规范的学习民族声乐，掌握科学的发声方法，掌握歌唱技巧。	毕业于中国音乐学院，获学士学位，中国民族声乐女高音。
	88★	声乐基础8	周三A段	4楼多功能室	一年1	190	赵翠萍	使用《声乐实用基础教程》，讲解声乐基础知识。	获得高级声乐教师职称，2013年获香港国际声乐大赛银奖，多次获得省内外声乐比赛大奖。
	89	声乐提高1	周三C段	4楼多功能室	一年1	190	罗玉立	掌握和理解何为“科学发声”，通过练声曲来进行实践训练。声乐作品的分析与演唱，提高声乐鉴赏能力。	抒情女高音，声乐表演硕士，师从著名声乐教育家章荷生教授学习美声。
钢琴类	90▲	钢琴中级2	周二下午 14:00-15:30	308	两年1	420	陈洁英	熟练键盘，认识五线谱，学习乐理、和声、曲式等音乐基础知识，掌握弹奏技巧。	毕业于星海音乐学院师范系，中学一级音乐教师，获广州市人民政府颁发的终生教育奖。
	91	钢琴基础9	周二下午 15:40-17:10		两年4	410			
	92	钢琴基础2	周二B段		两年3	410			
	93	钢琴基础13	周二A段		两年2	410			
	94▲	钢琴中级1	周一B段	306	两年1	420	赖元菁	进一步深化钢琴基础知识和乐理知识的学习，培养学员独立完成演奏的技能，提升钢琴的演奏水平。	毕业于星海音乐学院钢琴系，长期从事钢琴教学工作。国际奥尔夫协会中国音乐家协会分会会员；广东省和广州市音乐家协会会员；广东省钢琴协会会员。(中山大学副高职称)。曾获2012年、2014年、2015年国际音乐艺术大赛颁发的优秀导师奖。
	95	钢琴基础17	周一C段		两年3	410		学习钢琴入门的基础知识，了解五线谱的基本常识，逐步学会弹奏简单的钢琴小曲。	
	96★	钢琴基础19	周四A段	306	两年1	410	何冬琴	认识钢琴，认识键盘，学习五线谱和音乐基本知识、常用音符以及简单的演奏。	毕业于华南师范大学学前教育专业，长期从事钢琴、古筝教学工作。
	97	钢琴基础20	周五A段		两年1				
	98	钢琴基础21	周五B段		两年1				
	99	钢琴基础26	周三下午 14:00-15:30	308	两年1	410	何冬琴	学习世界名曲，提高钢琴演奏技巧。	毕业于华南师范大学学前教育专业，长期从事钢琴、古筝教学工作。
	100	钢琴基础27	周三下午 15:40-17:10		两年1				
	101	钢琴提高8	周四B段	306	两年1	420	温蝉菩	学习钢琴演奏技巧，掌握手形，掌握节奏，理解五线谱的句子划分。	星海音乐学院毕业，主修钢琴、声乐等，现任广东外语外贸大学南国商学院音乐教师。自幼师从星海音乐学院李华敏教授学习钢琴。广东省钢琴学会会员。
	102	钢琴提高3	周五A段	308	两年1	420			
	103★	钢琴基础8	周一A段	306	两年1	410		零基础学起，注重弹奏技巧，严谨教学，同样要求学员自身要重视基础练习！	
	104	钢琴基础12	周二A段	306	两年3	410	林哲恒	熔乐理知识与钢琴演奏技术于一炉，学会弹奏简单的乐曲，并为后续学习打下坚实基础。	毕业于广州大学音乐学院，双学士，主修钢琴，持有教师资格证。
	105▲	钢琴提高7	周二B段	306	两年1	420		涉猎经典中外名曲，深探音色处理、背景赏识、风格把握；学会弹奏动听的钢琴曲。	
106	钢琴提高4	周五B段	308	两年1	420				

专业	序号	班名	上课时间	上课地点	学制	学费 (元/学期)	任课老师	课程简介	老师简介
钢琴类	107	钢琴专修 2	周三 B 段	306	两年 1	450	陈凯	弹奏中外优美的钢琴曲，深入了解乐曲的意境，风格和创作背景。丰富学员们的音乐欣赏能力，提高演奏水平。	毕业于西江大学音乐系。曾参与部分钢琴教材的编撰，在省市多间老人大学授课并多次获评优秀教师。在长期的钢琴教学实践中，形成了通俗易懂学演教互怡的教学风格。
	108	钢琴提高 2	周三 A 段		两年 1	420		学习弹奏耳熟能详的乐曲，加强哈农，音阶，车尔尼 599 等基本功的练习。	
	109	钢琴基础 14	周三 C 段		两年 2	410		继续学习乐理知识，加强技术训练等常规练习，学习弹奏歌曲和乐曲。	
	110	钢琴基础 18	周二下午 15:40-17:10		两年 1	410		不识五线谱，零基础，爱好音乐者欢迎报读。带领大家轻松愉快学琴，掌握钢琴的基本奏法，学习乐理知识等。	
	111	钢琴提高 1	周一下午 14:00-15:30	308	两年 3	420		报读要求：已学琴三年。学习弹奏耳熟能详的乐曲，加强哈农，音阶，车尔尼 599 等基本功的练习。	
	112	钢琴基础 24	周一下午 15:40-17:10		两年 4	410		加强技术训练等常规练习，学习弹奏耳熟能详的乐曲，加强哈农，音阶，车尔尼 599 等基本功的练习。	
	113	钢琴专修 1	周二下午 14:00-15:30	306	两年 1	450		弹奏中外优美的钢琴曲，深入了解乐曲的意境，风格和创作背景，提高学员们的音乐表现力。	
	114	钢琴基础 10	周四 B 段	308	两年 3	410	黄丽明	学习五线谱、节奏指法和琴键的基本乐理，双手固定范围内同向、反向及交替各种协调训练后，达到双手在键盘上自由游走的程度。	
	115	钢琴基础 16	周四 A 段		两年 2	410			
	116	钢琴基础 11	周五 C 段	308	两年 3	410	陈颖	讲解键盘基础知识，钢琴弹奏的基本知识和技能，认识五线谱。提高对音乐作品的欣赏能力。	毕业于华南师范大学音乐学院，主修钢琴。
	117	简谱钢琴自弹自唱	周三 B 段	308	一年 1	420	孙小坡	锻炼自身的协调能力，达到自娱自乐、开心健康的目的，并自我在艺术追求中掌握一门陶冶情操的技术。	毕业于山东曲阜师范学院，中国电视音乐家协会广东省分会副会长，曾获全国“德艺双馨”、“香港国际声乐比赛”优秀指导老师。
	118	简谱钢琴弹唱基础	周一 B 段	308	两年 1	420	李莊	教授钢琴伴奏的简单技法，在短时间内完成多首中外歌曲的弹唱，达到愉快身心的目的。	广州市音乐家协会会员，毕业于星海音乐学院师范系。
	119	钢琴基础 29	周一 A 段	308	两年 1	410	谢丽瑶	学习节奏型，小乐曲中双手配合的技巧，基本的实用音乐理论知识，手指的技巧。讲解谱面基本知识与应用。	毕业于武汉音乐学院钢琴专业。曾获得国际青少年艺术节钢琴专业金奖，长江钢琴杯三等奖等。
	120	钢琴基础 25	周三 A 段	308	两年 4	410	孔晓明	了解音乐的基本知识，认识基础乐理知识并能熟练运用，掌握正确的弹奏方法，基本功练习，技巧训练与歌曲演奏的综合。	毕业于中国音乐学院，音乐教育系硕士研究生，现在多家老人大学任教。
	121	钢琴基础 30	周四下午 15:40-17:10	308	两年 1	410		巩固音乐基本知识，提高钢琴演奏水平，加强弹奏方法训练，提高音乐表现力。	
122	钢琴提高 6	周四下午 14:00-15:30	308	两年 3	420				
123	钢琴基础 28	周四 C 段	306	两年 4	410	刘谨菡	加强左右手的配合能力，演奏能力和识谱能力。丰富老人的兴趣爱好，通过练习钢琴加强自我肯定，约束能力，鉴赏能力。	1995 年考取中央音乐学院钢琴音乐水平十级，2010 年获得梦想中国钢琴大赛金奖。	

专业	序号	班名	上课时间	上课地点	学制	学费 (元/学期)	任课老师	课程简介	老师简介
钢琴类	124	钢琴基础 22	周五下午 14:00-15:30	306	两年 1	410	成丽君	有1年钢琴基础。	毕业于星海音乐学院附中及本科， 辛笛应用钢琴教学法高级讲师； Casio 数码钢琴集体课高级讲师； 广东省音乐家协会即兴伴奏考级评委； 香港教师同盟会成员；广东省 音乐家协会成员；CCTV 小提琴钢琴 大赛优秀园丁。
	125	钢琴即兴伴奏基础	周五下午 15:40-17:10	306	两年 1	450		有2年钢琴基础。	
器乐类	126	古筝基础 1	周四 B 段	402	两年 4	400	何冬琴	学习古筝小曲和各种指法的应用方法。	毕业于华南师范大学学前教育专业， 长期从事钢琴、古筝教学工作。
	127	古筝基础 3	周五下午 14:00-15:30		两年 3	400		学习上下滑音和 4、7 的应用， 演奏名曲。	
	128	古筝基础 5	周二 A 段		两年 1	400		学习古筝指法上下滑音，弹奏古 筝名曲。	
	129	古筝基础 6	周二 B 段		两年 1	400		学习摇指，演奏古筝名曲，提高 双手演奏水平。	
	130	古筝基础 8	周三 A 段		两年 1	400		学习古筝基本指法勾、托、抹及 右手颤音的应用。	
	131	古筝基础 9	周三 B 段		两年 1	400		综合应用古筝指法，弹奏名曲 《渔舟唱晚》。	
	132	古筝基础 12	周五下午 15:40-17:10		两年 1	400		学习古筝传统曲目，提高演奏水 平。	
	133	古筝基础 2	周五 A 段	402	两年 4	400	黄亮	分辨古筝音色、音高、音域分布， 学习勾、托、抹指法入门，学习 弹奏古筝入门基础乐曲。	毕业于星海音乐学院，从事古筝教 学多年，每年培养大批中老年、少 年学员通过古筝考级并获优秀成 绩。
	134	古筝基础 4	周五 B 段		两年 2	400			
	135	古筝基础 7	周二 C 段		两年 3	400			
	136	古筝基础 10	周四 A 段		两年 3	400			
	137	古筝基础 11	周四 C 段		两年 2	400			
	138	古筝中级 1	周一 A 段	402	两年 1	420	王珊	学习弹奏古筝基本指法及乐曲。	自幼习筝，于 2001 年考入星海音乐 学院民乐系（古筝）表演专业，曾 师从汉乐大师饶宁新教授及中国著 名古筝演奏家吴莉副教授。从事古 筝教育 10 多年来，荣获多个奖项。
	139	古筝提高	周一 B 段			420			
	140	古筝中级 2	周一 C 段			420			
	141★	古筝初级 1	周三 C 段			400			
	142	二胡基础入门 1	周一 C 段	404	一年 2	300	陈志坚	学习二胡基础知识。	中国音乐协会二胡学会会员、民族 管弦乐学会九级。
	143	二胡提高	周三 A 段		一年 2	320		练习有级别的二胡独奏曲。	
144▲	二胡专修 2	周三 B 段	一年 1		350	巩固提高二胡演奏技术。			
145	二胡专修 1	周二 A 段	一年 2		350	练习二胡独奏曲。			
146	二胡技术提高 2	周一 B 段	一年 2		320	巩固提高二胡演奏技术。			
147	二胡技术提高 3	周二 B 段	一年 2		320	学习二胡基础知识。			
148★	二胡基础入门 3	周五 C 段	一年 1		300				
149	二胡提高 2	周一 B 段	315	两年 1	320	陈兆宽	提高提弓、运弓的弓序、强弱、 轻重，能富有感情的演奏曲目， 重点解决换把、音准的问题。	出身音乐世家，长期从事民族器乐 教学，现为广东省民族管弦乐器学 会会员，获广州市优秀民乐教师。	
150	琵琶基础	周二 C 段	404	一年 2	350	赵冲	用最简单的方式教授，学员可在 较短的时间内学会弹奏小曲。学 习琵琶能活动手指，很好地锻炼 左右脑分工，陶冶情操。	出身于音乐世家，4 岁习琴，现任 广州民乐团著名琵琶演奏员、广 府文化岭南音乐理事长、广东省 音乐家协会会员。	
151▲	葫芦丝演奏	周四 C 段	404	一年 1	350	伍锡恒	较熟练掌握葫芦丝的一般吹奏 技巧，会吹奏 F 调中级乐曲。	中国民族管弦乐学会葫芦丝巴乌专 业委员会会员、省音乐家协会葫 芦丝巴乌学会常务理事。	
152	葫芦丝提高	周三 C 段		一年 1	320				



专业	序号	班名	上课时间	上课地点	学制	学费 (元/学期)	任课老师	课程简介	老师简介
器乐类	153	尤克里里入门1	周四A段	404	一年2	320	余其伟	学习尤克里里的基本弹奏手法及乐理知识、和弦及音阶的训练，学习歌曲弹唱及合奏。	研习尤克里里、非洲鼓多年，有着丰富的教学经验，针对每个年龄层的学生都分别有一套科学合理的教学模式，教学细致耐心，广受学员好评。
	154★	尤克里里入门2	周五A段		一年1	320			
	155★	非洲鼓入门	周四B段		一年1	320		学习非洲鼓的基本打法及节奏训练，学习非洲鼓在流行歌曲中的应用及合奏训练。	
	156	曼陀铃提高	周五C段	315	两年2	320	徐广强	学习曼陀铃弹拨技巧，能独立演奏曲目。	
舞蹈类	157	中国民族民间舞1	周四B段	204	一年2	190	王颖彤	学习国内外民族民间舞，辅以古典舞身韵及芭蕾舞基础训练，达到舒展身体，增加灵活性和协调性，培养并提高舞感的韵味。	毕业于南京艺术学院舞蹈表演与编导专业，原江苏省歌舞剧院舞蹈演员，获北京舞蹈学院中国舞等级考试教师资格证。
	158	中国民族民间舞8	周四A段	206		190			
	159	中国民族民间舞2	周一C段	206	一年2	190	何少仪	通过不同民族各种风格迥异舞种的学习，让学员在身体各部位表现力及舞蹈意识等方面得到有效训练，提高自身的欣赏力。	持中国舞教师资格证，长期任教于多间学校、公司及健身俱乐部，教学经验丰富，广受学员赞誉。
	160	中国民族民间舞5	周三B段	406	两年4	190			
	161	中国民族民间舞7	周二B段	403	一年2	190			
	162	塑身舞蹈	周二C段	206	一年1	190		课堂上伴随着优美的音乐歌声舞动起来，愉悦心情，健美身体。	
	163	民族舞提高1	周三下午 14:00-15:30	204	一年1	190		学习新疆舞、古典舞。	
	164	民族舞提高2	周三下午 15:40-17:10			190		学习藏族舞、现代舞。	
	165	中国民族民间舞3	周一下午 14:00-15:30	204	两年3	190	陈立	运用舞蹈的基本功训练，塑造健康、健美体形，培养高雅风度和气质。	星海音乐学院舞蹈专业，原辽宁省军区政治部舞蹈演员，获北京舞蹈学院六级中国舞教师资格。
	166	中国民族民间舞10	周一下午 15:40-17:10	204	两年3	190			
	167	民族舞1	周五A段	206	一年2	190	王颖	风情醇厚、多姿多彩的中国民族民间舞蹈在中国历史文化长河中世代生息演进。以其绚丽的风采深得中国各族人民和时间各国朋友的喜爱。	毕业于华南师范大学中国舞专业，现任职于广东舞蹈学校专业课编舞老师。曾任广州歌舞剧院舞蹈演员，参加多次全国性专业舞蹈比赛，荣获多个奖项。
	168	民族舞3	周四B段	403	一年2	190			
	169★	民族舞5	周三C段	206	一年1	190			
	170▲	中国古典舞提高1	周五B段	206	一年1	190		本课程让学员学习古典舞的优美舞姿，使体态更加风韵婉约。	
	171	中国古典舞2	周四A段	403	一年2	190		教会如何把芭蕾特有的优雅内涵融会到生活方式中，使人练后身材会变得更修长与挺拔。	
	172★	形体芭蕾舞1	周三A段	206	一年1	200	王希	以身体训练为基点，进行动律分析，使学员掌握民间舞蹈文化及民间舞蹈变化多端的节奏，丰富多彩的动律和各具特色的风格。	毕业于广州市艺术学校芭蕾舞团，任职于南方歌舞团，曾参与央视春晚、文化部春晚、中共中央国务院春节团拜会等大型舞蹈演出晚会。
173	中国民族民间舞9	周四下午 14:00-15:30	403	一年2	190				
174★	中国民族民间舞11	周四下午 15:40-17:10		一年1					
175	民族舞2	周二B段	204	两年4	190	黄卫平	系统掌握民族舞基本元素、艺术技巧，使舞姿更优美、标准、规范，给学员带来健康快乐。	拥有多年舞蹈教学经验，在多家老人大学及培训机构担任舞蹈教师。	
176	形体纤体舞1	周二C段	406	两年3	190	周赛荔	运用舞蹈的基本功训练，将气息和形体的伸、拉、提、吸，提炼成健康身心的要素，结合中国舞蹈的表现形式，达到塑身、纤体的锻炼效果。	曾是广州军区文工团、武汉歌舞团舞蹈演员，长期在多家老人大学及企事业单位任舞编教师。	
177	形体纤体舞2	周四A段		204	两年4				190
178	形体纤体舞3	周二A段		两年3	190				
179	形体纤体舞4	周五A段		一年1	190				
180	形体纤体舞5	周五B段		一年1	190				

专业	序号	班名	上课时间	上课地点	学制	学费 (元/学期)	任课老师	课程简介	老师简介
舞蹈类	181	形体梳理 1	周三 B 段	206	两年 3	190	梁冰云	运用舞蹈肢体的科学方法, 强调对身体各部位的耐力、肌力和韧力的针对性训练。	在多个艺术培训机构任舞蹈和形体梳理课教师, 有多年教学经验。
	182	形体梳理 2	周三 B 段	204	两年 3	190	杨利	通过形体训练, 培养自我形体调控能力, 塑造出优雅的体态, 提升女性魅力。	近十年一直从事舞蹈培训工作, 现在多家健身中心任教。
	183	形体梳理 3	周一 B 段	206	两年 4	190			
	184	形体梳理 5	周三 A 段	204	一年 2	190			
	185	形体梳理 4	周三 B 段	403	两年 3	190	陈带好	运用舞蹈肢体的科学方法, 强调对头、颈、肩、腰、手和腿等部位的耐力、肌力和韧力的针对性训练, 预防肩周炎、颈椎疼痛等。 加强综合舞蹈基本功训练。要求学员有一些舞蹈基础, 年龄在 70 岁以下。	广东省舞蹈家协会会员, 参与创编多个舞蹈节目并在全国、省获奖。
	186	综合舞蹈 4	周四 B 段	206	三年 5	190			
	187	综合舞蹈 1	周五 A 段	204	三年 5	190	麦卫文	学习认识形体舞、古典舞、民族民间舞、当代舞等不同的舞蹈类型的知识, 提高自身的艺术修养和气质。	持有北京舞蹈学院中国舞考级教师证, 长期从事成年舞蹈和形体训练教育。
	188	综合舞蹈 2	周五 B 段	204	三年 5	190			
	189	综合舞蹈 5	周二 C 段	403	两年 2	190			
	190	综合舞蹈 6	周三下午 14:00-15:30	403	两年 1	190			
	191	综合舞蹈 7	周三下午 15:40-17:10	403	两年 1	190			
	192	中国舞 1	周四 C 段	204	两年 3	190	钱穗屏	了解和掌握形体与舞蹈基本知识, 提高正确的姿势控制能力, 塑造健美体形。	毕业于广东省舞蹈学校青年舞蹈艺术班, 持有北京舞蹈学院中国舞四级教师证。
	193	中国舞 2	周二 B 段	206		190			
	194	中国舞 3	周一 B 段	403		半年			
	195	东方肚皮舞基础 1	周一 C 段	403	一年 2	200	宋钰琳	肚皮舞是一种专为女性设计的全身运动, 通过锻炼腰腹、胸部、臀部和手臂, 提高身体的弹性和柔韧性, 有效延缓衰老。	毕业于国际联合会肚皮舞专业, 擅长埃及风、阿根廷、俄罗斯等风格, 2012 年获第 4 届香港世界“金紫荆花奖”肚皮舞艺术大赛最高奖。
	196	东方肚皮舞提高 1	周二 C 段	205	一年 2	220			
	197	东方肚皮舞提高 2	周三 C 段	205	半年	220			
	198	东方肚皮舞基础 2	周五下午 14:00-15:30	403		200			
	199	东方肚皮舞基础 3	周五下午 15:40-17:10			200			
	200	基本形体与民族舞蹈	周一 A 段	204	两年 3	190	宋旻靓	学习舞蹈中的站姿、手位位置, 练习舞蹈的基本形态, 增强学员们的节奏感、协调感及舞感。 以健身为目的, 将芭蕾特有的那种优雅内涵融入其中, 让头部、肩部、臀部完美地达到平衡。	毕业于星海音乐学院舞蹈专业, 现为广东省剧院国家级演员, 曾获第九届世界华人艺术节优秀指导教师奖、第七届国际音乐艺术大赛优秀导师奖。
	201	芭蕾舞	周一 B 段		两年 3	190			
	202	拉丁舞	周四 C 段	206	一年 2	220	柳兆姬	掌握拉丁舞基本技术跳法, 提高身体协调性和柔韧性, 达到增强体质, 延缓衰老的目的。	中国国际标准舞国家 A 级教师、中国国际标准舞总会会员、广东省国际标准舞总会会员。
	203	健身舞	周五 C 段	206	一年 2	190	曾桓钦	通过改变身体不良姿势、动作路线、动作频率、动作节奏, 活动全身各个关节, 促进血液循环、增强心脏和机体活力。 通过对迪斯科舞蹈的学习, 使学生的心肺功能得到提高, 充分预防各种老年疾病。 集体操、舞蹈、音乐、健身、娱乐于一体, 动作简单易学, 节奏稍慢。	毕业于星海音乐学院舞蹈系, 具备国家级健身指导员资格。教学经验丰富, 教学方法独特, 深受广大学生赞誉。
	204	健身操	周一 C 段	406	一年 2	190			
	205	健美舞	周四 B 段		一年 2	190			

专业	序号	班名	上课时间	上课地点	学制	学费 (元/学期)	任课老师	课程简介	老师简介		
舞蹈类	206★	中国古典舞3	周一A段	403	一年1	190	王军	感受中国民间舞样式之多，内容之广，风格之别，动律之异的鲜明特色。让大家感受不同的民族风情，愉心健体。	担任多个机构舞蹈老师，获得多个舞蹈比赛奖项，现在多家老人大学任教。		
	207	拉丁舞2	周一C段	4楼大堂	一年1	220	罗家炎	学习拉丁舞基本技术跳法，掌握拉丁舞基本动作。	任职于多所老人大学，曾获全国体育舞锦标赛组拉丁舞冠军。		
	208★	中国民族民间舞10	周二A段	406	一年1	190	冯涛	授课内容包括各民族舞蹈，将以分期进阶式方式教授，能更好帮助大家了解中国文化。	毕业于星海音乐学院，乐观开朗富有激情。从事多年舞蹈教育行业，教学经验丰富。现任广州大学华软软件学院舞蹈教师。		
	209★	形体芭蕾舞2	周二B段	406	一年1	200		形体芭蕾以古典芭蕾的形体训练和优雅的气质培养为主。在动静结合的运动中能有效地消耗多余脂肪。			
	210★	单人国标舞基础训练	周三B段	4楼大堂	两年1	250	张劲涛	学习国标舞(体育舞蹈)(包括拉丁舞、标准舞共十项)基本功以及基本原理、元素、初、中级指定步型，并对形体、协调性、舞蹈能力进行综合训练。	张劲涛：英国皇家舞蹈教师协会(ISTD)院士、国标级职业教师、世界舞蹈总会(WDC)国标级评审(裁判)、中国国标舞总会国家级标准舞、拉丁舞双项A1级教师。 麦泳婷：中国国标舞总会国家级标准舞、拉丁舞双项A1级教师、中国舞(民间舞)职业教师(北京舞蹈学院认证)。		
	211	国标舞技术技巧	周五C段		两年2	250	张劲涛 麦泳婷	学习国标舞基本原理、元素和结构，剖析舞蹈动作细节过程，并进行协调性训练，解密核心技术、技巧的奥妙。(本学期学习狐步舞和探戈舞)			
	212	中外民族民间舞1	周四A段	406	半年	200	王晓莉	舞美：以舞蹈为主题，通过身韵表达、展示一个完美的故事。	曾拍摄出版两集民族舞蹈教学VCD，编排的舞蹈获得多种奖项。		
	213	形体塑身	周五B段	403	一年1	190	阮捷	通过形体梳理、舞蹈训练达到形体塑身的目的。	持有北京舞蹈学院中国舞教师资格考试证书，教学时间达十多年之久。		
时尚类	214	时尚模特基础	周二A段	4楼多功能室	两年3	200	梁艳影	初步掌握模特身体力度柔软与弹性的训练，基本掌握正确站姿造型和模特的基本走法。	曾获 CCTV 模特大赛优秀奖。现任省老干及艺术模特队副队长。		
	215	时尚模特提高	周二B段			200					
	216	时尚模特1	周五A段	4楼多功能室	两年3	200	孟凯	主要学习基础训练、舞台部训练、晚装手位练习、快慢及转身练习、造型训练、基础表演练习。	曾任 TCT 模特大赛编导、第二届全球华人艺术节艺术总监、全国首届嘉年华中老年超级模特大赛总编导，中国健美协会一级健身指导员。		
	217	时尚模特2	周五B段			200					
	218★	魅力旗袍	周四C段			一年1				200	全面系统讲解旗袍的演变，如何穿着与服饰搭配，讲解旗袍的韵味，上课需穿着旗袍。
保健类	219★	基础瑜伽	周四C段	304	两年1	200	陆爱平	适合初学者，在了解人体基本运动的正确位置的前提下温和伸展及有控制的练习。	专业瑜伽教师，取得亚洲瑜伽协会专业学院瑜伽导师资格证。		
	220	调理瑜伽	周三A段		三年5	200		适合初学者和身体需要调理的人士，以健身静心为主，舒筋活络，减压健美。			
	221	生活瑜伽	周二A段		两年3	200		适合所有水平的学员，根据四季变化编排体式，疏通经络，培元养息。			
	222	力量瑜伽1	周二B段		两年1	200		适宜有一定瑜伽基础的学员练习，着重体能训练提高心肺功能，要求配合呼吸延展姿势，增强深层肌肉的弹性，挖掘身体和精神的潜能。			
	223	力量瑜伽2	周三B段		两年1	200					
	224	清心瑜伽提高	周二C段		两年3	200		林虹		通过呼吸调息、动静平衡、身心统一等练习，提高免疫力。	多年来在广州市内多个健身活动中心、专业瑜伽场所任教。
	225	清心瑜伽2	周五A段		一年2	200					
	226	养生瑜伽提高	周三C段		两年3	200				通过呼吸控制、冥想及体式练习，达到养生抗老，强身健体。	

专业	序号	班名	上课时间	上课地点	学制	学费 (元/学期)	任课老师	课程简介	老师简介
保健类	227	印度瑜伽 初级 1	周一 A 段	304	两年 3	200	刘玉仙	通过体位法、呼吸法、与静坐冥想提高人体的新陈代谢，改善全身血液循环，舒缓紧张和疲劳。  加强伸展，扭转，平衡，耐力和强化心肺功能的练习，通过刺激人体潜在能量来促进身体健康，加强记忆能力。	广东省瑜伽协会会员，在多个单位任瑜伽老师。
	228	印度瑜伽 初级 2	周一 B 段		一年 2	200			
	229	印度瑜伽 提高 1	周四 B 段	304	两年 3	200			
	230	印度瑜伽 提高 2	周四 A 段		200				
	231	印度瑜伽 提高 3	周一下午 14:00-15:30	304	一年 2	200			
	232	印度瑜伽 提高 4	周一下午 15:40-17:10		一年 2	200			
	233	太极拳基础 1	周一 A 段	4 楼 大堂	一年 2	200	黄兰英	32 式太极拳，以杨氏太极拳为主，综合太极拳 5 大门派之长。  24 式简化太极拳，动作简单合理，易学易练，是初学者首选。  提高巩固 24 式太极拳，学习八段锦，有疏通经络气血，调整脏腑功能的作用。	广州武术协会二级教练，国家武术六段，曾获全国太极拳大赛中年组 24 式太极拳第一名。
	234	太极拳基础 5	周四 A 段		一年 1	200			
	235	太极拳基础 3	周三下午 14:00-15:30		两年 3	200			
	236	太极拳基础 4	周三下午 15:40-17:10		一年 2	200			
	237	太极拳基础 2	周二 B 段	4 楼 大堂	两年 2	200	何惠明	学习国家新编十六式太极拳，通过这套入门级基础套路的学习，掌握基本技术和要领。  学习国家新编三十二式太极剑，它含有 13 种剑法，7 种步型，十余种步法和多种身法。	中国武术段位制六段、国家一级社会体育指导员、国家二级武术裁判员、广州市太极拳协会教练员。
	238	太极剑	周四 C 段	4 楼 大堂	两年 2	200			
	239	经络穴位保 健按摩基础	周四 A 段	307	一年 1	190	廖宗力	结合临床实践病例与生活实际，阐述十二条正经经络及奇经八脉在养生延年、防病保健中的应用。  以经络穴位基本知识为基础，结合临床及日常生活最多见疾病，阐述每个疾病最简单、最有效的治疗、预防、保健的方法。  以经络基础、穴位基础理论为指导，讲述临床常用的自我按摩保健的手法操作。	广州中医药大学中医针灸学硕士，幼承庭训，刻苦研习中医、经络俞穴及各种针刺疗法，运用古中医经典疗法，在治疗颈肩腰腿疼痛类疾病、妇科疾病、亚健康体质调理等疑难杂症中颇有心得体会，具有中医临床经验。2010 年获全国“华佗杯”针灸技能操作大赛“一等奖”。
	240	经络穴位保 健按摩提高	周四 B 段	307	一年 2	200			
241	经络穴位保 健按摩实操	周四 C 段	307	半年	220				
242	中医体质 养生	周四 A 段	305	半年	190	杨贞	讲述人体 9 种体质的表现，并从起居饮食、药物食疗、保健等方面帮助学员认识自身及家人的体质并有针对性进行养生保健。  学习中医食疗与中医学基本理论、常用药、食材的性味功用，不同季节、年龄、疾病的食疗及施用禁忌。  包含中医基础理论、中医诊断学、中药学等中医基础知识，详述阴阳五行、脏腑气血、望闻问切、辩证论证及中药功效配伍。	广州中医药大学中西医结合临床专业博士，中医学专业硕士，先后于广东省第二中医院、广州中医药大学第一附属医院、广州军区广州总医院参与临床工作，具有较丰富的临床经验，对内科、妇科疾病的诊疗有较深体会。在多所老年大学保健类课程任课，有丰富的教学经验。	
243	中医食疗与 调养	周四 B 段		半年	190				
244	中医学入门	周四 C 段		半年	190				
245	女性生理特 点及疾病防 治	周三 C 段	305	半年	200	刘佳子	包含中医妇科基础理论，女性生理、病理特点，中老年妇女常见疾病的中医预防和养生，中医美容，亚健康及情绪调理等。	广州中医药大学中医学硕士，于广州中医药大学第一附属医院参与临床工作，师从针灸专家龚东方教授，在多所老年大学保健类课程任课。	
国学类	246	易经与家居 风水	周一 A 段	305	一年 2	240	李品贤	从学习简单风水规则起，由浅入深，系统学习现代家居环境养生学，着重研究家居环境与身体健康的关系。  人类身体健康与出生时间存在必然联系，本课程是陈东辉博士考取美国葛鲁博大学东方医学博士的博士论文修订而成。	出生易学世家，师从中国六壬泰斗徐华教授，住建部首批人文规划师，在多所老年大学开设多门易经类课程，教学上能做到倾囊相授，全程 PPT 彩色电子课件与教材同步，用现代高科技演绎古老文化。深受广大学员喜爱。
	247	四柱疾病预 测学	周一 B 段		一年 1	250			

专业	序号	班名	上课时间	上课地点	学制	学费 (元/学期)	任课老师	课程简介	老师简介
国学类	248	六爻信息学	周一C段	305	两年4	240	李品贤	本学期侧重将理论应用于日常生活实践,做到心有疑惑,信手起卦、起盘,从而洞察玄机。	出生易学世家,师从中国六壬泰斗徐华教授,住建部首批人文规划师,在多所老年大学开设多门易经类课程,教学上能做到倾囊相授,全程PPT彩色电子课件与教材同步,用现代高科技演绎古老文化。深受广大学员喜爱。
	249	奇门遁甲	周二C段		三年1	240			
	250★	姓名学2	周五A段		一年1	250			
	251	姓名学	周五B段		一年2	250			
	252	魅力声音诵读经典	周三B段	201	一年2	200	郭剑冰	“鉴赏传世经典,朗诵先声夺人”,用你好听的魅力声音朗诵美文,用有声语言传达出原作品的主要精神和艺术美感。	
手工类	253	立体串珠	周二C段	311	两年3	200(不含材料费)	卢真平	通过立体串珠的练习,使老人们在动手、动脑的学习过程中,娱乐身心。	热爱手工制作工艺,能用小小的珠子,制作出各种形态各异的小动物、日常用品,已获教师资格证。
烹饪类	254	节气节令养生烹调理论+实操班(套餐)	周二上午 9:00—11:45	烹饪室	一年2	580	李永康	学习二十四节气节令养生知识,掌握家庭烹调技能,通过老师示范,讲解以及学员动手操作,熟练掌握家庭烹调技巧(每课一荤一素一主食,学员可自行品尝)。	持有中厨、西厨、一级营业员、一级服务师证书,曾在黄金商贸培训学院餐饮系和东山区定点职业培训考证部任老师。
	255★	节气节令养生烹调实操2	周二C段		半年	420			
	256	节气节令养生烹调实操提高	周三上午 10:00—11:45		一年2	600			
	257	家庭点心	周一C段	烹饪室	一年2	400	欧宝莲	自制家庭点心、家庭厨艺等(每节课实操两种点心,学员可自行品尝)。	
	258	家庭点心提高	周三C段	一年2	580				
	259★	西式下午茶点制作	周四C段	烹饪室	半年	400	房小青	通过老师示范,讲解以及学员动手操作,体验制作保健茶饮、烘焙DIY的乐趣。(每节课一点心一茶饮,学员可自行品尝)	

## 周末班:

(注:序号中标注★为新开班 标注▲为升级班 未标注的为续开班)

专业	序号	班名	上课时间	上课地点	学制	学费 (元/学期)	任课老师	课程简介	老师简介
书画类	1	隶书基础	周六A段	311	两年2	230	郭少荣	学习和掌握隶书的基本知识和隶书书写技能、章法等。	师从康殷、刘炳森、李刚田、周俊杰等名家,习书四十年不辍,大篆、古汉隶书,篆刻等造诣尤深。
	2	篆书与篆刻	周六B段	311	两年1	250		学习和掌握篆书和篆刻基本知识、篆刻基本刀法,篆书书写技能、章法等。	
	3	写意花鸟画	周六B段	302	两年1	240	潘礼桓	从简单的小幅花鸟画起,逐步从花鸟的白描,用笔,调色等各种中国画写意花鸟技法都学到手。	

专业	序号	班名	上课时间	上课地点	学制	学费 (元/学期)	任课老师	课程简介	老师简介	
书画类	4	写意人物基础	周六A段	303	两年3	240	陆家鑫	精讲与示范相结合,教授“基本画法”、“动态变化分步画法”和“组合构图习作”等三大画法,让学生快速掌握中国画的笔墨技法和绘画“诀窍”。	高级讲师,长期从事美术教学,有丰富的美术教学经验。中国书画家协会理事、中国书画研究院艺术顾问,曾获国家级国画4金2银奖。	
	5	写意花鸟提高	周六B段	303	两年4	240				
钢琴类	6	钢琴基础 23	周六A段	306	两年2	430	林哲恒	熔乐理知识与钢琴演奏技术于一炉,健康快乐学会弹奏简单好听的乐曲,并为后续提高班的学习打下坚实基础。 涉猎经典中外名曲,深探音色处理、背景赏析、风格把握;学会弹奏动听的钢琴曲。	毕业于广州大学音乐学院,双学士,主修钢琴,持有教师资格证。	
	7	钢琴提高 5	周六B段	306	两年1	450				
	8	钢琴即兴演奏	周六A段	308	两年1	480	成丽君	有四年即兴伴奏基础。 有两年即兴伴奏基础。	毕业于星海音乐学院附中及本科,辛笛应用钢琴教学法高级讲师;Casio 数码钢琴集体课高级讲师;广东省音乐家协会即兴伴奏考级评委;香港教师同盟会成员;广东省音乐家协会成员;CCTV 小提琴钢琴大赛优秀园丁。	
	9	应用钢琴提高	周六B段	308	两年1	450				
器乐类	10	古筝基础 13	周六A段	402	一年2	420	黄亮	分辨古筝音色、音高、音域分布,学习勾、托、抹指法入门,学习弹奏古筝入门基础乐曲。	毕业于星海音乐学院,从事古筝教学多年,每年培养大批老年、少年学员通过古筝考级并获优秀成绩。	
	11	古筝基础 14	周六B段		一年1	420				
	12	尤克里里提高	周六A段	404	一年1	340	余其伟	学习尤克里里的基本弹奏手法及常用技巧、乐理知识、和弦及音阶的训练,学习歌曲弹唱及合奏,学习独奏曲目。 学习吉他的基本弹奏手法及乐理知识、和弦及音阶的训练,学习歌曲弹唱及合奏。 学习吉他的基本弹奏手法及常用技巧、乐理知识、和弦及音阶的训练,学习歌曲弹唱及合奏,学习独奏曲目。	研习尤克里里、非洲鼓、吉他多年,有着丰富的教学经验,针对每个年龄层的学生都分别有一套科学合理的教学模式,教学细致耐心,广受学员好评。	
	13	吉他基础	周六B段	404	一年2	340				
	14	吉他提高	周六C段	404	一年1	340				
		15	九孔葫芦丝入门	周六A段	405	两年1	320	彭星超	重点学习九孔葫芦丝的基本知识,了解九孔葫芦丝的构造,发声原理,掌握正确的演奏姿势以及正确的用气方式 全面提高学员的演奏技术,培养较好的音准控制能力、较强的视奏能力和速度变化能力,能体会乐曲的意境,情绪和情感,能演奏部分中高级曲目。	师从葫芦丝大师喂德全先生,在葫芦丝专业上具备深厚的功底和良好的素养。
		16	九孔葫芦丝提高	周六B段	405	两年2	340			
		17	中阮基础	周六A段	315	四年3	340	解雨田	阮的音域宽广,音色淳朴圆润,演奏技巧丰富,有较高的艺术现力。每学期保证学会至少4首通俗小曲。	师从著名月琴大师冯少先,解放军艺术学院教授陈雅明,中央民族乐团演奏家冯满天。曾获得多项金奖。
	18	二胡基础入门2	周六B段	315	一年2	320	陈志坚	学习二胡基础知识。	中国音乐协会二胡学会会员、民族管弦乐学会九级。	
舞蹈类	19	中国民族民间舞提高	周六A段	206	一年1	220	何声婷	进一步学习舞蹈中深层的知识,学习音乐的变化、动作的要领,动律的把握以及呼吸的配合。 发展更多的肢体语言,增加更多的古典舞的表演特征,加强并完善古典舞的学习。	毕业于华南理工大学艺术学院舞蹈系,擅长中国舞,东方舞,现代舞,曾任星海音乐学院,中山大学形体舞和现代舞老师,现于多家健身中心及教育机构任教。	
	20	中国古典舞提高2	周六B段			220				
	21	综合舞蹈3	周六C段	206	两年3	220	杨利	通过形体及各民族舞蹈的训练,改善肢体的灵活性及协调性,配合优美的音乐,达到身心放松,促进身体健康。	近十年一直从事舞蹈培训工作,现于多家健身中心任教。	
	22	中国舞4	周六B段	403	半年	220	钱穗屏	了解和掌握形体与舞蹈基本知识,提高正确的姿势控制能力,塑造健美体形。	毕业于广东省舞蹈学校青年舞蹈艺术班,持有北京舞蹈学院中国舞四级教师证。	

专业	序号	班名	上课时间	上课地点	学制	学费(元/学期)	任课老师	课程简介	老师简介
舞蹈类	23	民族舞 4	周六 C 段	406	一年 2	220	张杰	学习多种民族舞蹈。	担任多个机构舞蹈老师。
	24	中外民族民间舞 2	周六 A 段	406	半年	220	王晓莉	舞美：以舞蹈为主题，通过身韵表达、展示一个完美的故事。	曾拍摄出版两集民族舞蹈教学 VCD，编排的舞蹈获得多种奖项。
	25	中外民族民间舞 3	周六 B 段			220			
	26	综合舞蹈 8	周六 C 段	403	两年 1	220	麦卫文	学习认识形体舞、古典舞、民族民间舞、当代舞等不同的舞蹈类型的知识，提高自身的艺术修养和气质。	持有北京舞蹈学院中国舞考级教师证，长期从事成年舞蹈和形体训练教育。
时尚类	27	模特表演练习 1	周六 A 段	4 楼多功能室	半年	230	梁艳影	初步掌握模特身体力度柔软与弹性的训练，基本掌握正确站姿造型和模特的基本走法。	曾获 CCTV 模特大赛优秀奖。现任省老干及艺术模特队副队长。
	28	模特表演练习 2	周六 B 段		半年	230			
保健类	29	印度瑜伽初级 3	周六 A 段	304	一年 2	220	刘玉仙	通过体位法、呼吸法、与静坐冥想提高人体的新陈代谢，改善全身血液循环，舒缓紧张和疲劳。	广东省瑜伽协会会员，在多个单位任瑜伽老师。
	30	印度瑜伽提高 5	周六 B 段	304	一年 2	220		加强伸展，扭转，平衡和强化心肺功能的练习，刺激人体潜在能量来促进身体健康，加强记忆能力。	
	31	保健瑜伽	周六下午 14:00-15:30	304	一年 2	220	陆爱平	适合上班人群及注重保健的人士练习，着重身体的综合调理，达到心灵自省，开发智慧的目的。	专业瑜伽教师，取得亚洲瑜伽协会专业学院瑜伽导师资格证。
	32	保健瑜伽 2	周六下午 15:40-17:10	304	两年 1	220			
摄影类	33	RAW 图像摄影与计算机处理 2	周六 B 段	313	两年 4	390	谭培	利用 RAW 影像格式进行后期处理，学习掌握图像处理的基础知识及技能，提高摄影水平。	国家专业高级摄影师，国家一级艺术家。美国摄影学会、英国皇家摄影学会成员。
	34	数码摄影与后期制作	周六 A 段	310	一年 1	390	谢敏华	为摄影零基础的学员设计。系统地了解现代摄影的特点、过程、方式；了解各种常见摄影工具的性能以及照片后期主流处理方式及应用软件。	摄影科班出身，有较强的专业理论和专业技术水平，思维活跃细致，长期从事摄影教育及摄影师考核鉴定工作，对数码摄影教学颇有研究。
	35	PS 照片处理专修	周六 B 段	310	一年 1	430		综合运用 PS 技术（重点应用图层、蒙版、通道、路径核心手段）对各种图像照片进行润色、修饰处理。	

### 温馨提示：

- 1.续开班及升级班建议原班学员报读，有该专业基础的新学员也可插班报读；
- 2.新开班欢迎各位新老学员踊跃报读。

黄色标记，表示到 2015 年 12 月 18 日上午已经报满的课程。

