

宁夏老年大学2022—2023学年第二学期招生一览表

序号	系别	专业名称	班 级	学费 (元/学 期)	代课 教师	上课 时间	上课 地点	招生 名额	课程简介	招生对象	招生方式
1	文史系	传统文化	家教家风家训	0	郭文斌	周五 上午	A103	70	家教家风家训是中华优秀传统文化的重要组成部分，也是家庭的重要组成部分，它在中国历史上对个人修身、齐家发挥着重要作用。家教家风家训是社会和谐稳定的基石，是现代公民德育的奠基，影响着人的一生，造就了一个人的素质修养，有助于培养出健全的人格。	无特殊要求	网络补招
2		诗词创作	2022级诗词创作2班	50	于卫东	周三 上午	C501	20	概括介绍诗词发展历史、解析诗词名篇，讲授诗词格律规则（体式、押韵、平仄、对仗、章法等），指导诗词创作。本课程寓教于乐，趣味高雅，怡人性情，实为老年人学习生活之佳选。	有一定诗词基础	电话报名 8232220
3		英语	2022级旅游英语初级1班	50	徐 林	周五 上午	C502	30	掌握旅游专用词汇、短语，练习经典情景对话。	无特殊要求	网络补招
4		英语	2022级旅游英语初级3班	50	穆 丹	周四 下午	C502	20			网络补招
5		法律基础知识	2021级法律基础知识班	50	张 佳	周四 下午	B501	40	以《民法典》《老年人权益保障法》为主要内容，通过学习该课程做到知法、懂法、守法、用法、尊法。用法律的武器保护自己合法权益不受侵害。	无特殊要求	网络补招
6		历史	2022级中国历史班	50	周泽超	周二 上午	A103	50	学习中国历史基本知识，了解中国发展历程和重要历史事件。	无特殊要求	网络补招
7		经典电影赏析	2021级经典电影赏析班	50	刘宝云	周一 下午	C503	25	通过观赏电影，讲解影视艺术的发展历史，对影视作品进行深入的品评。	无特殊要求	网络补招

宁夏老年大学2022—2023学年第二学期招生一览表

序号	系别	专业名称	班 级	学费 (元/学 期)	代课 教师	上课 时间	上课 地点	招生 名额	课程简介	招生对象	招生方式
8	书画系	写意人物	2022级写意人物 初级班	50	王忠厚	周一 下午	B606	24	掌握人物头像及全身比例、人物线描，临摹中国传统绘画，提高绘画技能和艺术素养。	无特殊要求	网络补招
9		工笔花鸟	2021级工笔花鸟 (没骨班)	50	苏春莲	周二 上午	B606	29	以临摹学习恽寿平作品的绘画技法结合当代知名画家的绘画技法，并在此基础上学习写生与创作的转化。	对工笔花鸟画 有一定基础	网络补招
10		工笔花鸟	2022级工笔花鸟 中级班	50	苏春莲	周二 下午	B606	29	以临摹学习宋画作品的绘画技法结合当代知名画家的绘画技法，并在此基础上了解学习写生与创作的转化，使学员达到学以致用。	对工笔花鸟画 有一定基础	网络补招
11		油画	2021级油画班	50	庄蕊	周四 上午	C406	17	学习油画的基础知识与画法，通过油画的表现力培养造型、色彩、艺术思维，丰富愉悦生活。	对油画 有一定基础	网络补招
12		写意花鸟	2022级写意花鸟 中级1班	50	张少培	周一 上午	B406	20	国画的基础训练为主，注重花鸟画笔法、墨法及简单构图的临摹练习。	对写意花鸟画 有一定基础	网络补招
13		写意花鸟	2022级写意花鸟 中级2班	50	平治芳	周二 上午	B406	29	深入学习写意花鸟画的专题内容描绘形式，提高学员的审美水平，巩固前期所学，达到独立观察及临摹乃至创作的阶梯性进步。	对写意花鸟画 有一定基础	网络补招
14		写意花鸟	2022级写意花鸟 初级2班	50	刘世友	周三 下午	B406	19	以典型花卉为主题题材，掌握墨法、技法的运用，提升笔墨线条、色彩、造型能力。学会读、品、临近代名家作品。	无特殊要求	网络补招
15		写意花鸟	2022级写意 花鸟高级班	50	张少培	周五 上午	B406	20	国画笔墨技法的提高练习之外，注重花鸟画独立创作的练习。	对写意花鸟画 有一定基础	网络补招
16		篆书	2022级篆书 初级班	50	成兴平	周五 上午	C401	15	以《吴冒硕石鼓文》和西周金文《墙盘》为课程内容，进一步深入学习篆书基本笔法、字法，提高临摹能力。字字解析、单字过关。	无特殊要求	网络补招

宁夏老年大学2022—2023学年第二学期招生一览表

序号	系别	专业名称	班 级	学费 (元/学 期)	代课 教师	上课 时间	上课 地点	招生 名额	课程简介	招生对象	招生方式
17	书画系	写意山水	2022级写意山水初级3班	50	马江波	周二上午	C403	35	以山水画基础为主，主要学习披麻皴法及其在山、树等绘画时的应用。	无特殊要求	网络补招
18		写意山水	2022级写意山水中级班	50	马江波	周四上午	C403	30	以拍摄图片为模板，讲解构图，如何写生进行创作	对写意山水画有一定基础	网络补招
19		写意花鸟	2022级写意牡丹初级班	50	韩学书	周四下午	C403	28	以写意牡丹为主，重点学习笔墨技法，提升艺术造型上的表达能力和鉴赏能力。	无特殊要求	网络补招
20	综合系	茶艺	茶艺五班	50	崔玉柯	周一下午	C505	19	了解茶叶历史、分类，学习基础茶式、泡茶方法，感受茶道魅力，体会饮茶情趣。	无特殊要求	网络补招
21		茶艺	茶艺六班	50	张小玲	周五上午	C505	21		无特殊要求	网络补招
22		茶艺	茶艺短培1班	50	崔玉柯	周二下午	C505	45	了解茶叶历史、分类，学习基础茶式、泡茶方法，感受茶道魅力，体会饮茶情趣。	无特殊要求	网上招生
23		茶艺	茶艺短培2班	50	张小玲	周三下午	C505	45		无特殊要求	网上招生
24		手工	手工制作1班	50	孟秀仁	周二下午	C508	30	学习珠子编织、布艺堆绣。	无特殊要求	网络补招
25		手工	手工制作2班	50	周国霞	周一上午	C508	30	学习立体衍纸制作（主要是卷纸装饰、制作）。	无特殊要求	网络补招
26		手工	手工制作3班	50	刘 飞	周三下午	C508	30	学习各种手工编织包、编织鞋、编织装饰品等系列作品。	无特殊要求	网络补招
27		手工	沙画短培班	50	刘 飞	周二上午	C508	30	学习工艺品类沙画的基本表现形式、创作技巧和创作乐趣。	有一定绘画基础	网上招生
28	剪纸	剪纸初级班	50	张云仙	周五上午	C508	30	学习剪纸的历史发展，了解剪纸的种类，学习掌握常见剪纸方法和技巧。	无特殊要求	网络补招	

宁夏老年大学2022—2023学年第二学期招生一览表

序号	系别	专业名称	班 级	学费 (元/学 期)	代课 教师	上课 时间	上课 地点	招生 名额	课程简介	招生对象	招生方式
29	综合系	剪纸	剪纸中级班	50	张旺红	周三 上午	C508	20	深入学习掌握常见剪纸方法和剪纸技艺。	具备剪纸基础知识与剪纸技艺	网络补招
30		短视频	抖音短培1班	50	王 震	周三 上午	B404	50	学习手机短视频的拍摄、剪映软件的使用、抖音视频上传等。	无特殊要求	网上招生
31		短视频	抖音短培2班	50	于春来	周一 下午	B404	50		无特殊要求	网上招生
32		象棋	象棋短培1班	50	李 增	周一 上午	C507	36	了解象棋历史，学习象棋文化，掌握下象棋技巧。	无特殊要求	网上招生
33		象棋	象棋短培2班	50	李 增	周三 上午	C507	36		无特殊要求	网上招生
34		五子棋	五子棋短培班	50	焦中其	周四 下午	C507	36	学习五子棋基础知识，掌握下五子棋技巧。	无特殊要求	网上招生
35		烹饪	家常炒菜短培1班	50	郭福威	周二 上午	C608	40	学习家常菜制作方法，掌握家常菜烹饪技巧与方法，感受美食文化。	无特殊要求	网上招生
36		烹饪	家常炒菜短培2班	50	何维强	周二 下午	C608	40	学习家常菜制作方法，掌握家常菜烹饪技巧与方法，感受美食文化。	无特殊要求	网上招生
37		烹饪	中式面点短培班	50	陈晓芳	周五 上午	C608	40	了解中式面点常用原料，学习掌握中式面点的制作方法技巧。	无特殊要求	网上招生
38		烹饪	凉菜调制短培班	50	郭福威	周四 上午	C608	40	学习并掌握常见凉菜制作方法与技巧，感受美食文化。	无特殊要求	网上招生

宁夏老年大学2022—2023学年第二学期招生一览表

序号	系别	专业名称	班 级	学费 (元/学 期)	代课 教师	上课 时间	上课 地点	招生 名额	课程简介	招生对象	招生方式
39	声乐系	秦腔	秦腔二班	50	徐保林	周二 下午	C201	25	学习标准陕西关中语系演唱，发音、吐字、前后鼻音的区分、字头字尾的归韵，掌握手式、动作、眼神、表情相结合的运用方式。	本班为生角班，学员根据自身情况审慎报名。	网络补招
40		山花儿	山花儿二班	50	杨雪	周三 下午	C308	50	“花儿”又称“少年”，是流传在甘肃、宁夏、青海、新疆等地区的一种民歌，实际上是一种高腔山歌，具有高亢激昂、声音嘹亮、委婉细腻等特点。2016年宁夏山花儿被列入国家非物质文化遗产名录	不建议患有高血压、心脏病者报读。	网络补招
41	器乐系	扬琴	2022级扬琴普及1班	200	孙露婕	周一 上午	C409	3	认读简谱，学习掌握正确的演奏方法，能双手配合演奏简单的扬琴名曲	对扬琴演奏有相应基础，学校提供教学设备	网络补招
42		琵琶	2022级琵琶普及1班	200	仇莎	周三 上午	B601	13	学习琵琶基础知识，学习掌握读谱和基本弹奏技法技巧。	对琵琶演奏有相应基础，学校提供教学设备。	网络补招
43	康养保健系	护理	老年人护理1班	50	自治区 人民医 院专家 团队	周一 下午	C602	50	学习老年人生理、心理、社会需求和常见健康问题与疾病的特点，掌握老年人常见健康与安全问题和常见病的护理要点。	无特殊要求	网上招生
44			老年人护理2班	50		周三 下午	C602	50		无特殊要求	网上招生
45		老年 疾病 防治	老年疾病防治班1班	50	自治区 人民医 院专家 团队	周二 下午	C603	50	通过学习，了解和掌握老年常见病的发病原因、临床表现、预防和护理的基本理论知识。	无特殊要求	网上招生
46			老年疾病防治班2班	50		周四 下午	C603	50		无特殊要求	网上招生

宁夏老年大学2022—2023学年第二学期招生一览表

序号	系别	专业名称	班 级	学费 (元/学 期)	代课 教师	上课 时间	上课 地点	招生 名额	课程简介	招生对象	招生方式
47	康养保健系	老年心理学	2021级健康幸福课堂1班	50	徐月枝	周五上午	C601	50	学习掌握出现身心健康问题时怎样进行调节，并熟练运用情绪管理方法技巧，帮助更多人群解决人际关系障碍、婚姻家庭矛盾、子女教育不良、情绪调节障碍、失眠记忆力下降、学习动力不足、社会适应性差等问题，降低焦虑障碍患病率和抑郁症患病率，达到愉悦身心、延年益寿的目的。	无特殊要求	网络补招
48			2022级健康幸福课堂2班	50	邱洪流	周二下午	C601	50		无特殊要求	网络补招
49		饮食与健康	2022级食疗2班	50	惠建峰	周三下午	C603	50	学习中医保健理念、特点;食疗药膳调理作用、滋养作用、保健作用的主要机理和保健原则。	无特殊要求	网上招生
50			老年常见疾病的营养调理1班	50	张惠英	周一上午	C603	50	学习老年人所需的营养素、老年人在不同生理和病理情况下对营养的要求，以及我国的营养政策等内容。	无特殊要求	网上招生
51			老年常见疾病的营养调理2班	50	张惠英	周一下午	C603	50		无特殊要求	网上招生
52		中医养生	2022级中医养生2班	50	张志励	周三上午	C603	50	学习中医养生保健的基本内容、特点和原则，掌握用中医养生保健方法。	无特殊要求	网上招生
53			推拿1班	50	张 宝	周三上午	C602	50	学习推拿的渊源和发展概况，经络的概念、循行路线及规律，推拿功法的基本姿势和练功方法及推拿作用原理。	无特殊要求	网上招生
54			推拿2班	50	张 宝	周四下午	C602	50		无特殊要求	网上招生