

广东省妇女儿童活动中心老人大学

2014 年春季学期招生简章

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。中心座落在五羊新城、珠江岸边，毗邻珠江新城，环境优美。中心成立了“广东省妇女儿童活动中心老人大学”，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，开设有中老年人特色的各类培训课程，欢迎广大中老年朋友踊跃报读。

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中老年人均可报读。
2. 学制：半年、一年、两年。
3. 课程设置：开设电脑、书画、声乐、舞蹈、钢琴、保健、摄影等专业课程。
4. 报名手续：凭退休证和身份证报名入学。报名时需填写报名表，附本人小一寸半身免冠彩色近照两张，背面写上姓名。
5. 报名缴费时间：2013 年 11 月 20 日起，逢周一至周五，上午 9:00 至下午 17:30。
（报名缴费统一收取现金，暂不支持银行卡、信用卡的支付方式）
6. 报名地点：广州市越秀区五羊新城明月一路 18 号广东省妇女儿童发展活动中心大楼地面停车场旁。
（公共汽车五羊新村站 122、130、189、194、195、197、204、266、37、B9、B21 等
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）
7. 开学日期：2014 年 2 月 26 日（周三）
8. 上课周数和时间：上课 18 周
上午开设两个班 A 段 08:30-10:00（不中休）
B 段 10:15-11:45（不中休）
下午开设一个班 14:30-16:30（含中休）
9. 学校将按报名顺序安排座位，个别情况特殊的给予适当照顾。
10. 各班学员招生额满为止。一经报名不办理退班、换班。请勿用他人身份报读或顶替上课。
11. 已报名交费的学员，请在 2 月 17 日至 2 月 21 日到省妇儿中心一楼领取学员证和上课时间表。

报名咨询电话：020-87358585、87358786

专业	序号	班名	上课时间	学制	学费	任课老师	课程简介	老师简介
摄影 2个班	1	数码摄影基础	周二上午A	一年	180	何肃凯	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。	何肃凯，从上世纪七十年代初开始学习摄影，师从多位专业摄影师，长期从事电脑教学工作，在网上发表一百多篇游记和摄影作品。
	2	数字摄影基础	周一下午	一年	180	李迎红	学习数字摄影的基本概念和各种摄影工具的基本认知和操作，初步掌握数字摄影的基础技术，熟练操控相机，并对影像美学有所了解。	李迎红，商业摄影师。擅长人像拍摄，在多类书刊杂志发表影像作品。
书画 5个班	3	楷书基础	周五下午	一年	190	何冠洲	学习掌握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》，并创作合乎章法的作品，具有一定的书法鉴赏水平。	何冠洲，广州市书法家协会会员，毕业于羊城书画艺术学校，师从其外公秦罍生以及连登、李伟、周正山先生，对欧阳询的楷体造诣尤深。
	4	素描基础	周三上午B	两年	200	陆家鑫	学习素描基础知识，学习掌握整体观察、正确步骤、立体观点、脑眼手协作的方法。	陆家鑫，高级讲师，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。作品《天下为公》，被中国邮政印制“纪念封”并发行。
	5	国画写意花鸟入门	周三下午	一年	190	陆家鑫	以“求同存异”速成法与传统教学相结合，用启发式讲解与示范，教授国画写意花鸟的画法与构图。	
	6	国画写意花鸟基础	周四上午B	一年	190	陆家鑫	学习国画基础知识，笔墨技法，用启发式教学与示范结合，适时举办作业展评。	
	7	国画山水基础	周二上午B	一年	190	霍兆章	学习国画山水基础知识，学习用笔的基本要领和技法，学习国画山水的写生和创作。	霍兆章，广东省书画艺术研究会会员，广州市职业书画协会副会长，师从施云翔、陈永康先生。
时尚 2个班	8	时尚模特基础	周二上午A	一年	170	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。	梁艳影，曾获 CCTV 模特大赛优秀奖。
	9	时尚模特提高	周二上午B	一年	170	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。	
瑜伽 6个班	10	基础瑜伽	周一上午A	半年	180	刘玉仙	从瑜伽的基本呼吸、调息开始，配合正确的肢体操练，感受呼吸和身体的延伸、心灵情绪的缓和，肌肉筋骨的运动状况，循序渐进地进行瑜伽练习。	刘玉仙，广东省瑜伽协会会员，在多个单位任瑜伽老师。
	11	印度瑜伽	周四上午A	半年	180	刘玉仙	从瑜伽的基本呼吸、调息开始，配合正确的肢体操练，感受呼吸和身体的延伸、心灵情绪的缓和，肌肉筋骨的运动状况，循序渐进地进行瑜伽练习。	
	12	清心瑜伽	周二下午	一年	180	林虹	通过呼吸调息、动静平衡、身心统一等练习，调节生理机能，提高免疫力。	林虹，多年来在广州市内多个健身活动中心、专业瑜伽场所任教。
	13	养生瑜伽	周三下午	一年	180	林虹	通过呼吸控制、冥想及体式练习，养生抗老，强身健体。	
	14	精解瑜伽	周四下午	半年	180	陆爱平	了解人体基本运动的正确位置，在端正肢体的前提下温和地伸展及有控制的练习，加强自身的耐受力。	陆爱平，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。
	15	调理瑜伽	周三上午A	半年	180	陆爱平	通过练习调整统一身心，改进新陈代谢和提高内部机能，使人体的各大系统达到最佳平衡状态。	
英语 5个班	16	英语基础1	周三上午B	两年	170	张循方	采用新时代老年大学基本教程，从基础英语开始，学习语调、语法、基本句法等。	张循方，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。
	17	英语基础2	周四下午	两年	170	张循方	采用新时代老年大学基本教程，从基础英语开始，学习语调、语法、基本句法等。	
	18	大胆开口说英语	周五上午A	一年	170	何明明	采用中老年人最容易接受和喜欢的教学方式，在轻松愉快的课堂气氛中鼓励学员们大胆开口说英语。	何明明，曾任高中英语教师，现在多个单位任教英语。
	19	出国旅游英语	周二下午	一年	180	何明明	通过多种形式的课堂口语练习，帮助学员们在短时间内掌握用英语进行日常交流的能力。	
	20	唱歌学英语	周二上午B	一年	180	何明明	通过各种口语训练，通过游戏、绕口令和学唱英语歌等形式，提高学习英语的兴趣。	

专业	序号	班名	上课时间	学制	学费	任课老师	课程简介	老师简介
电脑3个班	21	电脑基础1	周三上午A	一年	280	胡莉雄	介绍电脑软件、硬件基础知识，学习windows操作系统的基本操作，掌握电脑使用技能机使用过程中的注意事项。	胡莉雄，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。
	22	电脑基础2	周三上午B	一年	280	胡莉雄	介绍电脑软件、硬件基础知识，学习windows操作系统的基本操作，掌握电脑使用技能机使用过程中的注意事项。	
	23	RAW 图像摄影与计算机处理	周六下午	两年	360	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。	谭培，高级摄影师，中国摄影家协会会员、广东省摄影家协会会员，精通从拍摄到制作的工艺技能。
二胡1个班	24	二胡基础	周三下午	一年	270	陈志坚	学习二胡基础知识，掌握基本演奏技巧。	陈志坚，中国音乐协会二胡学会会员，中国民族管弦乐学会九级。
葫芦丝1个班	25	葫芦丝基础	周四下午	一年	280	伍锡恒	学习葫芦丝吹奏技巧，学会吹奏初级乐曲。	伍锡恒，葫芦丝巴乌专业社会艺术水平考级高级指导教师。现为中国民族管弦乐学会葫芦丝巴乌专业委员会会员；广东省音乐家协会葫芦丝巴乌学会常务理事；广州市音乐家协会葫芦丝巴乌专业委员会副会长。
太极拳2个班	26	太极拳基础1	周一上午A	半年	180	黄兰英	24 式太极拳是国家体委组织编串的一套简化太极拳，它浓缩了传统太极拳的精华，其内容精炼、动作规范、结构严谨、运动量适中。基础班学习太极拳 24 式基本常识，掌握身法、手法和步法。	黄兰英，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。
	27	太极拳基础2	周四下午	半年	180	黄兰英	24 式太极拳是国家体委组织编串的一套简化太极拳，它浓缩了传统太极拳的精华，其内容精炼、动作规范、结构严谨、运动量适中。基础班学习太极拳 24 式基本常识，掌握身法、手法和步法。	
保健6个班	28	中医药膳	周四上午A	半年	170	杨贞	学习中医药膳与中医学基本理论，常用药、食材的性味功用，不同季节、年龄的养生药膳，常见的食疗药膳，药膳施用禁忌。	杨贞，广州中医药大学硕士研究生，在多家老人大学任課。
	29	经络保健基础	周四上午B	半年	170	杨贞	学习中医药膳与中医学基本理论，常用药、食材的性味功用，不同季节、年龄的养生药膳，常见的食疗药膳，药膳施用禁忌。	
	30	节气节令养生烹调1	周二上午A	一年	170	李永康	学习二十四节气养生知识，掌握家庭烹调技能。	李永康，长期负责餐饮管理和培训工作。
	31	节气节令养生烹调2	周二上午B	一年	170	李永康	学习二十四节气养生知识，掌握家庭烹调技能。	
	32	甲子历养生	周一上午A	两年	170	杨洺	通过甲子历的天干地支了解阴阳五行分布，分辨个体差异、先天素质疾病成因，确定个人养生方向，寻找可行保健措施。	杨洺，曾任广州《福禄寿堂》甲子历养生顾问，在多所老年大学任教。
	33	甲子历与婚姻家庭	周一上午B	一年	220	杨洺	通过甲子历认识个人性格特征，婚姻缘分和幸福指数。	
钢琴7个班	34	钢琴基础1	周二下午	两年	380	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。	陈洁英，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。
	35	钢琴基础2	周二上午A	两年	380	郭东莹	了解钢琴，学习五线谱，学习掌握简单演奏钢琴的技巧。	郭东莹，毕业于星海音乐学院音乐教育主修钢琴。曾任多个单位的钢琴演员，多次参加大型演奏活动并获奖。
	36	钢琴基础3	周一上午B	两年	380	赖元菁	学习钢琴入门的基础知识，包括姿势、手形、断奏、连奏、调奏等基本弹奏法，了解五线谱的基本常识。逐步学会弹奏简单的钢琴小曲。	赖元菁，毕业于星海音乐学院钢琴系。
	37	钢琴基础4	周四上午A	两年	380	何冬琴	简要介绍钢琴，认识键盘，学习五线谱和音乐基本知识，学习常用音符，学习简单的演奏。	何冬琴，毕业于华南师范大学学前教育专业，长期从事钢琴、电子琴、古筝教学工作。

专业	序号	班名	上课时间	学制	学费	任课老师	课程简介	老师简介
钢琴	38	钢琴基础5	周四上午B	两年	380	温丽婷	学习钢琴演奏技巧，掌握手形，掌握节奏，理解句子划分。	温丽婷，毕业于广州星海音乐，任广东外语外贸大学南国商学院音乐教师。
	39	钢琴基础6	周二上午B	两年	380	林哲恒	学习钢琴五线谱，掌握规范的钢琴演奏方法与基础乐理知识。	林哲恒，毕业于广州大学音乐学院，双学士，持有教师资格证。
	40	钢琴基础7	周三上午A	两年	380	陈凯	快乐学琴，学琴快乐。带领学员轻松愉快学琴，学习五线谱乐理知识，掌握钢琴断奏、连奏的弹奏方法。采取集体授课和个别指导的方式教学。	陈凯，毕业于西江大学音乐系。曾多次被暨南大学老人进修学院被评为优秀教师，现在多个机构担任钢琴老师，教学经验丰富。
声乐5个班	41	五线谱基础	周二下午	一年	180	郭东莹	学习五线谱基础知识，通过生动的游戏、有趣的故事，多唱歌、多联系，形象地认识五线谱。	郭东莹，毕业于星海音乐学院音乐教育主修钢琴。曾任多个单位的钢琴演员，多次参加大型演奏活动并获奖。
	42	声乐基础1	周四下午	两年	170	邓坤莲	学习声乐基础理论知识，对唱歌发声的基本原理和方法有较清楚的理解和认识。	邓坤莲，毕业于广东人民艺术学院声乐系，现任星海声乐副教授，中国音乐家协会会员。
	43	声乐基础2	周一上午B	两年	170	温丽婷	以美声教学为基础，学习声乐知识，帮助学生掌握歌唱的方法。	温丽婷，毕业于广州星海音乐，任广东外语外贸大学南国商学院音乐教师。
	44	声乐养生	周四上午A	一年	170	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。	利坤莹，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。
	45	有氧声乐	周五上午A	两年	170	孙小坡	有氧声乐--就是改变传统的声乐训练方法，以训练人体肌能为主要手段、是人体发声器官，呼吸器官、共鸣器官及身体各个部位协调运动，来完成歌唱的目的。	孙小坡。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”、“青少年艺术节”、“香港国际声乐比赛”优秀指导老师。
舞蹈11个	46	形体梳理	周三上午B	一年	170	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。	陈带好，广东省舞蹈家协会会员，原广东连南歌舞团舞蹈演员，参与创编多个舞蹈节目在全国、省获奖。
	47	形体纤体舞	周二下午	一年	170	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。	周赛荔，曾是广州军区文工团、武汉歌舞团舞蹈演员，长期在多个企业单位任舞编教师。
	48	中国民族民间舞1	周四上午B	一年	170	李健华	根据中老年人身体、生活和心理特点精心编排，用通俗易懂、简洁幽默的语言，由浅入深、先易后难进行教学。	李健华，持有北京舞蹈学院中国舞教师4级资格证，现在多家老人大学、企业单位任舞蹈教师。
	49	中国民族民间舞2	周一下午	半年	170	陈志霞	运动舞蹈的肢体动作，提高学员身体的柔软度，并强调对头、颈、肩、腰及四肢的耐力、肌力和韧力的训练，激发艺术潜能。	陈志霞，持有北京舞蹈学院中国舞教师资格证。现在广州多家老人大学及单位任舞蹈教师。
	50	中国民族民间舞3	周一下午	两年	170	陈立	了解和掌握中国民族民间舞蹈基本知识，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。	陈立，星海音乐学院舞蹈专业，原辽宁省军区政治部舞蹈演员，北京舞蹈学院六级中国舞教师资格，长期担任力美健及各大企事业单位舞蹈老师。
	51	综合舞蹈	周五上午B	两年	170	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。	麦卫文，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。
	52	基本形体与民族舞蹈	周一上午A	半年	170	陈璟	学习舞蹈中的站姿、手位、头眼的位置，练习舞蹈的基本形态，选择适当的剧目教学，增强学员们的节奏感、协调感及舞感。	陈璟，毕业于星海音乐学院舞蹈系，现就职于专业舞蹈团体，曾多次参加全国一级省市级的舞蹈比赛，并获得优异成绩。
	53	中国古典舞	周二下午	半年	170	何少仪	学习认识古典舞、民族民间舞的知识，提高自身的艺术修养和气质。	何少仪，持有中国舞教师资格证，长期任教于多间学校、公司及健身俱乐部，教学经验丰富。
	54	中国舞	周四下午	一年	170	钱穗屏	了解和掌握形体与舞蹈基本知识，修饰、改善和矫正身体的不良姿势，提高正确的姿势控制能力，塑造健康、健美体形，培养高雅风度和气质。	钱穗屏，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，编排了一批舞蹈优秀作品。
	55	埃及舞	周二下午	半年	180	苏菲	埃及肚皮舞是一种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。	苏菲，擅长中国舞、埃及舞、印度舞，在多个机构任埃及舞老师，有丰富的教学经验。
	56	中国民族民间舞4	周六上午9:00-11:00	一年	200	周垚	通过舞蹈基本功的学习，对学员进行美的教育，陶冶美的情操，培养舞蹈创新意识，树立正确的审美观，自觉积极主动地学习。	周垚，毕业于华南理工大学艺术学院舞蹈系，高级中学教师资格，在中山大学指导多个民族舞蹈获广东省、全国舞蹈大赛一等奖。全国艺术教育先进工作者。