

宁夏老年大学2024—2025学年招生一览表

系别	序号	专业名称	班 级	学制(年)	学费 (元/学年)	代课 教师	上课 时间	上课 地点	招生 名额	课程简介	招生对象
文史系	1	朗诵	2024级朗诵普及1班	一年	100	张咏梅	周一上午	C502	45	掌握正确发音方法和语言表达技巧，学习各种文学体裁的朗读方法。通过学习朗诵，可以提高阅读能力，增强艺术鉴赏力。	无特殊要求。
	2		2024级朗诵普及2班	一年	100	燕 喃	周一下午	B501	45		
	3		2024级朗诵普及3班	一年	100	姚丹丹	周二上午	B501	45		
	4		2024级朗诵普及4班	一年	100	董 捷	周二上午	C502	45		
	5		2024级朗诵普及5班	一年	100	黄 倩	周三上午	B501	45		
	6		2024级朗诵普及6班	一年	100	祁梦颖	周三下午	C502	45		
	7	文学欣赏	2024级唐诗精选精读班	一年	100	王勃威	周二下午	C501	45	本课程选取各阶段唐诗的代表作品，通过对作者与文本进行深入细致的解读，为诗词创作爱好者提供高超样本，可以有效帮助提高诗词创作的水平。	无特殊要求。
	8		2024级现代诗欣赏创作班	一年	100	于卫东	周四上午	C501	45	主要介绍现代诗的发展历史、流派及著名诗人、代表作品的欣赏，讲解现代诗的创作方法，系统地运用各种方法进行现代诗的创作实践。为诗歌写作提供一个新的途径。	无特殊要求。
	9		2024级古代文学鉴赏班	一年	100	杨胜利	周四下午	A103	140	学习了解中国文学记言叙事著名作家，作品上起先秦诸子散文、史传散文，中接两汉赋体及唐宋八家，下承明清通俗小说，以期对中国记言、叙事重点作品有所了解。	无特殊要求。
	10	历史	2024级中国近现代史班	一年	100	杜沛红	周二上午	C501	45	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。
	11		2024级中国古代史班	一年	100	朱蓓莉	周四上午	A103	140		

宁夏老年大学2024—2025学年招生一览表

系别	序号	专业名称	班 级	学制(年)	学费 (元/学年)	代课 教师	上课 时间	上课 地点	招生 名额	课程简介	招生对象
文史系	12	国学	2024级《论语》名篇 鉴赏班	两年	100	段永忠	周一下午	C501	45	通过对《论语》名篇的鉴赏，深入挖掘孔子思想精华，修养身心，影响后代。	无特殊要求。
	13		2024级《中庸》名篇 鉴赏班	一年	100	申 阳	周三上午	C501	45	学习《中庸》的经典篇章，了解掌握“五达道”“三达德”“慎独自修”“至诚尽性”等内容，对豁达处事，修身养性有重要助益。	无特殊要求。
	14	文学创作	2024级文学创作班	一年	100	王 琦	周四下午	C501	45	通过对写作理论知识和技巧的学习，培养散文、小说等多种文体的创作能力。	无特殊要求。
	15	法律基础 知识	2024级法律基础知识班	半年	免费	张 佳	周二下午	B501	45	以《老年人权益保障法》为主要内容，通过学习做到知法、懂法、守法、用法、尊法，用法律武器保护自己合法权益不受侵害。	无特殊要求。
	16	经典电影 赏析	2024级经典电影赏析班	一年	100	宋晓雷	周四下午	B501	45	介绍影视艺术的历史发展，对影视作品进行深入品评。	无特殊要求。
	17	英语	2024级旅游英语初级班	四年	100	侯世新	周四上午	C502	45	练习经典情景口语对话，让英语学习更有趣，更实用。	无特殊要求。
	18		2024级新概念英语初级班	四年	100	边志瑶	周四下午	C502	45	掌握新概念英语专用词汇、短语，练习经典情景对话。	无特殊要求。
书画系	19	楷书	2024级楷书普及1班	一年	100	刘 刚	周五上午	C402	40	魏碑楷书基本笔法及间架结构临摹训练。	无特殊要求。
	20		2024级楷书普及2班	一年	100	郭春恩	周四下午	C402	40	从笔法、字法、章法、墨法系统学习唐代欧阳询楷书，重点是基本点画和间架结构，逐步从临摹走向创作。	无特殊要求。
	21	行草	2024级行草普及班	一年	100	吴振华	周四下午	C401	40	以王羲之行书《聖教序》为基础，强化笔法训练和字体变化规律学习，逐步实现临摹到作品创作。	无特殊要求。
	22	篆书	2024级篆书普及班	一年	100	王应科	周三下午	C401	40	主要学习《石鼓文》基本用笔和结构。	无特殊要求。
	23	隶书	2024级隶书普及班	一年	100	徐建国	周一上午	C402	40	探究临摹汉隶经典《史晨碑》，学习掌握隶书临创过渡技法。	无特殊要求。

宁夏老年大学2024—2025学年招生一览表

系别	序号	专业名称	班 级	学制(年)	学费 (元/学年)	代课 教师	上课 时间	上课 地点	招生 名额	课程简介	招生对象
书画系	24	写意花鸟	2024级写意花鸟普及班	一年	100	平治芳	周四上午	B606	25	学习传统花鸟画基础知识和基本技法，初步掌握小写意花鸟画的用水、用墨、用色和构图的原理、基本方法。	无特殊要求。
	25	写意山水	2024级写意山水普及1班	一年	100	马江波	周四下午	B406	30	学习树和山石的水墨与青绿，掌握不同笔法与墨法及注意行笔与用水的画法。	无特殊要求。
	26		2024级写意山水普及2班	一年	100	杨艳宏	周二下午	B406	30		无特殊要求。
	27	工笔花鸟	2024级工笔花鸟普及班	一年	100	苏春莲	周二上午	B606	25	通过工笔画基础入门指导，学习宋代经典花鸟小品，从勾线白描、设色、着色、调整完善画面，掌握各个环节的绘画技法、表现方法，体悟中国画精神境界。	无特殊要求。
	28	油画	2024级油画普及1班	一年	100	庄 蕊	周四上午	C406	30	学习运用油画颜料描绘人物、风景、动物、花卉等静物，掌握绘画方法和技巧。	无特殊要求。
	29		2024级油画普及2班	一年	100	姜彦琦	周二上午	C406	30		
	30	彩铅	2024级彩铅普及班	一年	100	庄 蕊	周五上午	B604	50	学习彩铅的基本画法，从彩铅比例构图、排线、笔触衔接的细节处理、阴暗面等入门，一步步走向静物、风景、动物、人物的绘画过程。	无特殊要求。
	31	简笔画	2024级简笔画普及班	一年	100	周国霞	周二上午	B604	50	学习简笔画的基础知识、结构与比例、步骤和技法。	无特殊要求。
	32	钢笔画	2024级钢笔画普及班	一年	100	王玉林	周三下午	B604	50	学习钢笔画基本技法，训练单个物体（树木、花草）的画法，了解钢笔画写生的方法与步骤。	无特殊要求。
	33	水粉	2024级水粉普及班	一年	100	高学辉	周三上午	C406	30	学习色彩的基础知识、工具材料使用及水粉静物画、水粉风景画绘画技法。	无色盲、色弱者。
34	素描	2024级素描普及班	一年	100	王玉林	周一上午	B605	30	学习用单色或简单颜色的工具描绘对象的轮廓、体积、结构、空间、光线、质感等基本造型。	无特殊要求。	

宁夏老年大学2024—2025学年招生一览表

系别	序号	专业名称	班 级	学制(年)	学费 (元/学年)	代课 教师	上课 时间	上课 地点	招生 名额	课程简介	招生对象
综合系	35	智能手机应用	智能手机应用1班	半年	50	苏伟宁	周二下午	B401	50	学习手机基础功能、手机安全及手机常用APP等。	学员需自备智能手机。
	36		智能手机应用2班	半年	50	苏伟宁	周三上午	B401	50		
	37	手机摄影	2024级手机摄影班	一年	100	徐文迪	周三下午	C507	50	学习手机摄影基础知识、构图和摄影技巧，熟悉图片后期处理方法。	学员需自备智能手机。
	38	短视频制作	2024级短视频制作普及1班	一年	100	孙 威	周二上午	B401	50	学习手机版剪映软件的使用，掌握短视频拍摄、抖音视频上传的技巧和方法。	学员需自备智能手机。
	39		2024级短视频制作普及2班	一年	100	李 昂	周三下午	B401	50		
	40	视频剪辑	2024级视频剪辑普及班	一年	240	于春来	周五上午	B404	50	学习电脑版剪映软件的使用，掌握视频剪辑的方法和技巧。	有一定电脑基础。
	41	摄影后期	2024级摄影修图普及班	一年	240	马若恒	周二下午	B404	50	学习Photoshop软件的使用，掌握图片后期处理的技巧和方法。	有一定摄影基础。
	42	摄影	2024级摄影普及班	一年	100	詹安稳	周二上午	C507	50	学习摄影基础理论、相机的结构与功能、拍摄手法、相机使用等内容。	学员需自备相机。
	43	茶艺	2024级茶文化与茶艺普及1班	一年	100	张小玲	周三上午	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。
	44		2024级茶文化与茶艺普及2班	一年	100	张小玲	周三下午	C505	45		
	45	花卉养殖	2024级花卉养殖班	一年	100	马 莹	周四上午	C507	50	学习花卉栽培、盆景种植、绿植养护等知识。	无特殊要求。
	46	插花艺术	插花艺术兴趣班	半年	50	宗春兰	周四下午	C507	50	学习花材选择与搭配、器皿的选择、插花技巧与装饰，掌握色彩搭配、层次构建、保鲜维护等知识。	学员需自备插花花材。
	47	旅游文化	2024级旅游文化及攻略班	一年	100	宁夏旅投集团教师团队	周三上午	C507	50	探索宁夏及国内的精选旅游路线，学习旅游景点的历史文化、人文风情、民俗特色与美食佳肴等内容。	无特殊要求。

宁夏老年大学2024—2025学年招生一览表

系别	序号	专业名称	班 级	学制(年)	学费 (元/学年)	代课 教师	上课 时间	上课 地点	招生 名额	课程简介	招生对象
综合系	48	葡萄酒文化	2024级葡萄酒文化班	一年	100	宁夏旅投集团教师团队	周四下午	C607	35	了解葡萄及葡萄酒文化，掌握葡萄种植、葡萄酒酿造、品鉴与欣赏的基础知识及葡萄酒品鉴能力，学会简单的葡萄酒与美食搭配技巧。	无特殊要求。
	49	烘焙	烘焙1班	半年	50	周 霞	周三上午	C607	35	学习西式甜品（面包、蛋糕、小西点等）的制作方法。	身体健康，无传染性疾 病。西式甜 品中所用动 物油、烹饪 制品中所用 部分酱料等 食材，未标 注清真食品 字样，对此 有特殊要求 的学员，请 谨慎报名。
	50		烘焙2班	半年	50	周 霞	周三下午	C607	35		
	51		烘焙3班	半年	50	冯 琦	周四上午	C607	35		
	52	烹饪	凉菜调制班	半年	50	郭福威	周二上午	C608	50	学习并掌握常见凉菜制作方法与技巧，感受美食文化。	身体健康，无传染性疾 病。西式甜 品中所用动 物油、烹饪 制品中所用 部分酱料等 食材，未标 注清真食品 字样，对此 有特殊要求 的学员，请 谨慎报名。
	53		家常炒菜1班	半年	50	何维强	周一下午	C608	50	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。	
	54		家常炒菜2班	半年	50	何维强	周二下午	C608	50		
	55		家常炒菜3班	半年	50	郭福威	周四上午	C608	50		
	56		家常炒菜4班	半年	50	郭福威	周四下午	C608	50		
	57		中式面点1班	半年	50	陈晓芳	周三上午	C608	50		
	58	中式面点2班	半年	50	陈晓芳	周三下午	C608	50			
	59	手工制作	丝绫堆绣手工班	一年	100	张旺红	周二下午	C508	36	学习用丝绫和其他丝织物剪贴、堆叠拼成多层次的图案，经过彩色渲染等工艺制作装饰画。	无特殊要求。
	60		绳编手工班	一年	100	樊小兰	周四上午	C508	36	学习制作各种手工编织装饰品、小挂件、花朵等系列作品。	无特殊要求。
	61	棋文化与棋类	2024级围棋班	一年	100	毕 海	周三下午	C508	36	学习围棋文化，掌握下围棋的技巧和方法。	无特殊要求。
	62		2024级象棋普及班	一年	100	李 增	周四下午	C508	36	学习象棋文化，掌握下象棋的技巧和方法。	
63	航拍摄影	航拍摄影兴趣班	半年	50	张 宁	周一上午	C507	30	了解航拍基础知识和无人机基础知识，掌握无人机的安全操控知识及航拍的拍摄技巧和方法。	线下招生。	

宁夏老年大学2024—2025学年招生一览表

系别	序号	专业名称	班 级	学制(年)	学费 (元/学年)	代课 教师	上课 时间	上课 地点	招生 名额	课程简介	招生对象
舞体系	64	新疆舞	2024级新疆舞班	两年	100	瓦热斯 江·阿不来 克	周三下午	A205	50	学习新疆舞基本功，掌握基本手位、步伐及音乐节拍。	限女性，70周岁以下。
	65	健身舞	2024级健身舞班	两年	100	刘 莉	周二上午	A209	55	学习以大众性、流行性民族民间舞蹈动作为基础，以自然性和韵律性为特征相结合的舞蹈。	限女性，70周岁以下。
	66	民族舞	2024级民族舞班	两年	100	易媛媛	周二下午	A209	55	学习民族舞蹈基础知识和基本动作组合，了解民族舞蹈的不同风格和特点。	限女性，70周岁以下。
	67	交谊舞	2024级交谊舞班	两年	100	李春河	周二上午	C201	80	学习传统式和自由式交谊舞，掌握8种舞蹈的基本动作、花样套路和基本技巧。	70周岁以下，限招男性40名、女性40名。
	68	拉丁舞	2024级拉丁舞班	两年	100	张振国	周一下午	B301	45	学习斗牛舞、伦巴舞基本舞步。	限女性，65周岁以下。
	69	健康 养生舞	2024级健康养生舞班	两年	100	祁 芳	周三上午	A205	50	健康养生舞是以中医基础理论为指导，加入现代舞蹈元素，通过舞蹈的练习，达到提高体质，陶冶情操的目的。	限女性，70周岁以下。
	70	舞蹈形体	2024级舞蹈形体1班	两年	100	易媛媛	周四上午	A205	50	学习掌握形体训练的基础知识及技能，提高身体的协调性，矫正不良姿态，塑造健康优美形象。	限女性，70周岁以下，无心脏病及血栓病史。
	71		2024级舞蹈形体2班	两年	100	郭 亮	周四下午	A209	55		
	72	健身气功	2024级健身气功班	两年	100	李 洁	周五上午	B301	45	学习健身气功《八段锦》、《易筋经》等功法。	72周岁以下。
	73	瑜伽	2024级哈他瑜伽班	一年	100	常 静	周一下午	A204	35	哈他瑜伽主要练习如何控制身体和呼吸，对神经系统、各种腺体有较大益处，帮助学员保持身体、心灵、精神三者平衡。	限女性，70周岁以下。患有高血压、低血压、心脏病、皮肤病、骨质疏松等疾病患者禁止报名。
	74		2024级阴瑜伽班	一年	100	胡合义	周二上午	A204	35	阴瑜伽对身体的根基部位脚掌、脚踝、骨盆等组织空间进行锻炼，增强下半身的稳定性。	
	75		2024级普拉提班	一年	100	赵金梅	周五上午	A204	35	通过锻炼人体深层的小肌肉群，认识骨性标志，找到身体中立位，加强骨盆稳定练习和脊柱灵活性训练。	

宁夏老年大学2024—2025学年招生一览表

系列	序号	专业名称	班 级	学制(年)	学费 (元/学年)	代课 教师	上课 时间	上课 地点	招生 名额	课程简介	招生对象
舞体系	76	瑜伽	2024级舞韵瑜伽1班	一年	100	赵金梅	周二下午	A204	35	舞韵瑜伽是将瑜伽体式 and 舞蹈元素进行了融合，再跟随优美的音乐进行舞动。主要学习单腿站立平衡训练、从站立到坐立的衔接及其它体式衔接。 运用理疗瑜伽动作和呼吸相结合的方法，配合肌肉功能训练，通过合理的训练调整错误的骨骼排列，使关节、肌肉和结缔组织更加稳定和灵活。 运用理疗手法和瑜伽体式相结合，通过一系列练习，缓解人体某些方面的不适；通过呼吸练习，增强心肺功能，促进脏器血液循环，改善消化功能；通过静坐冥想，改善神经紧张，缓解压力。	限女性，70周岁以下。患有高血压、低血压、心脏病、皮肤病、骨质疏松等疾病患者禁止报名。
	77		2024级舞韵瑜伽2班	一年	100	张 梦	周三下午	A204	35		
	78		2024级理疗瑜伽1班	一年	100	朱会芳	周四下午	A204	35		
	79		2024级理疗瑜伽2班	一年	100	常 静	周三上午	A204	35		
声乐系	80	乐理基础知识	2024级乐理基础知识初级班	两年	100	胡银平	周二下午	C113	130	学习简谱、五线谱，掌握基础乐理、基本节奏，学习视唱，提升音乐素养。	无特殊要求
	81	声乐	2024级声乐初级1班	三年	100	潘彩霞	周一上午	C208	120	通过声乐基础训练和声乐技巧训练，加强声音训练提高识谱能力，使学员能够熟练演唱经典歌曲、通俗歌曲等。	无特殊要求
	82		2024级声乐初级2班	三年	100	刘玉兰	周二上午	C208	120		
	83		2024级声乐初级3班	三年	100	杨华	周三上午	C208	120		
	84		2024级声乐初级4班	三年	100	马致远	周三下午	C208	120		
	85		2024级声乐初级5班	三年	100	尹莹	周四上午	C208	120		
	86		2024级声乐初级6班	三年	100	郭乃菽	周五上午	C208	120		

宁夏老年大学2024—2025学年招生一览表

系别	序号	专业名称	班 级	学制(年)	学费 (元/学年)	代课 教师	上课 时间	上课 地点	招生 名额	课程简介	招生对象
器乐系	87	钢琴	2024级钢琴普及1班	一年	400	郭乃菟	周四下午	C302	25	学习钢琴基本知识及技法技巧，识读五线谱，掌握正确的弹奏技法，以及相关乐理知识。	学校提供乐器。
	88		2024级钢琴普及2班	一年	400	郭乃菟	周二下午	C303	25		
	89		2024级钢琴普及3班	一年	400	赵曼琳	周三下午	C302	25		
	90		2024级钢琴普及4班	一年	400	李嘉欣	周五上午	C302	25		
	91		2024级钢琴普及5班	一年	400	黄函	周三下午	C303	25		
	92		2024级钢琴普及6班	一年	400	雷佳玲	周三上午	C302	25		
	93	二胡	2024级二胡普及班	一年	100	梁静	周二上午	C203	40	学习二胡基础理论知识和演奏方法、调式、音阶、练习曲。	需自备乐器。
	94	古筝	2024级古筝普及1班	一年	400	刘茹	周一上午	B303	24	学习古筝弹奏知识和技能，掌握正确演奏姿势、指法和节奏型，系统学习古筝曲目。	学校提供乐器。
	95		2024级古筝普及2班	一年	400	周晓雪	周四下午	B304	24		
	96	电子琴	2024级电子琴普及1班	一年	400	雷佳玲	周四上午	B305	30	学习电子琴弹奏方法、常用和弦的运用和相关乐理知识。	学校提供乐器。
97	2024级电子琴普及2班		一年	400	韩瑜	周五上午	B305	30			
98	手风琴	2024级手风琴普及班	一年	400	韩瑜	周四下午	C202	35	学习手风琴风箱运用、指法及各类练习曲目。	学校提供乐器。	

宁夏老年大学2024—2025学年招生一览表

系别	序号	专业名称	班 级	学制(年)	学费 (元/学年)	代课 教师	上课 时间	上课 地点	招生 名额	课程简介	招生对象
器乐系	99	扬琴	2024级扬琴普及1班	一年	400	沙梦璇	周一下午	A206	15	学习简谱，掌握正确的演奏方法，能双手配合演奏扬琴名曲。	学校提供乐器。
	100		2024级扬琴普及2班	一年	400	孙露捷	周二上午	A206	15		
	101	琵琶	2024级琵琶普及1班	一年	400	仇莎	周五上午	A206	20	学习琵琶演奏知识，学习掌握弹奏技法技巧。	学校提供乐器。
	102		2024级琵琶普及2班	一年	400	刘艳琨	周四下午	A206	20		
	103	古琴	2024级古琴普及1班	一年	400	刘艳莉	周三下午	B302	30	学习古琴文化简史、弹琴身法与心法、减字谱辨识、视唱练耳、左右手指法练习。	学校提供乐器。
	104		2024级古琴普及2班	一年	400	刘艳莉	周四上午	B302	30		
	105	萨克斯	2024级萨克斯普及1班	一年	100	魏云鹏	周一上午	C202	40	学习掌握萨克斯演奏指法，从流行和现代爵士风格入手，教授各类练习曲和流行乐曲等。	年龄不超过70周岁，需自备乐器。
	106		2024级萨克斯普及2班	一年	100	魏云鹏	周五上午	C202	40	学习掌握萨克斯演奏指法，综合练习乐曲，正确运用各种演奏技巧。	
	107	电吹管	2024级电吹管普及1班	一年	100	何凯	周一下午	C204	40	学习电吹管的演奏技能，与电吹管演奏相关的乐理知识。授课使用罗兰(rolan)系列电吹管教学。	年龄不超过70周岁，需自备乐器、音箱及相关学习设备。
	108		2024级电吹管普及2班	一年	100	张宁福	周一下午	C202	40	学习常见电吹管的操作使用方法、吹奏方法、气息手指的练习。正确运用各种演奏技巧。	
	109	葫芦丝	2024级葫芦丝普及1班	一年	100	吴晓彩	周一上午	C409	35	学习降B调葫芦丝正确的演奏姿势，熟练掌握指法和吐音技巧，吹奏简单乐曲。	需自备乐器。
	110		2024级葫芦丝普及2班	一年	100	彭亮	周四上午	C409	35		
	111	陶笛	2024级陶笛普及1班	一年	100	马霞	周一上午	C408	35	学习正确的演奏口型，熟练掌握指法，吹奏乐曲。	需自备乐器。
	112		2024级陶笛普及2班	一年	100	马霞	周四上午	C408	35		
	113	竹笛	2024级竹笛普及班	一年	100	张睿	周一下午	C409	35	学习竹笛演奏的理论和吹奏技巧，吹奏练习曲和经典曲目。	需自备乐器。
114	口琴	2024级口琴普及班	一年	100	毛立强	周三下午	C408	35	学习口琴吹奏知识和吹奏技巧，吹奏乐曲。	需自备乐器。	
115	非洲鼓	2024级非洲鼓普及班	一年	100	杨军	周三下午	C203	40	学习非洲鼓的打击技巧和各类节奏型，感受打击乐的魅力。	需自备乐器。	

宁夏老年大学2024—2025学年招生一览表

系别	序号	专业名称	班 级	学制(年)	学费 (元/学年)	代课 教师	上课 时间	上课 地点	招生 名额	课程简介	招生对象
康养保 健系	116	中医养生	2024级中医养生1班	一年	100	惠建峰	周四上午	C603	50	以传统中医理论为基础，结合现代人的生活方式，解读关于人体五脏的功能和作用	无特殊要求。
	117		2024级中医养生2班	一年	100	自治区人民医院中医专家团队	周四下午	C603	50	学习中医养生保健的基本内容、特点和原则，掌握中医养生的保健方法。	
	118		2024级中医养生3班	一年	100	黄 华	周四下午	C601	50		
	119	保健按摩	2024级保健按摩1班	一年	100	王爱武	周一上午	C602	50	了解中老年常见疾病的自我按摩及常见疾病概念、按摩手法等基本知识，学习中医经络和穴位，达到预防和治疗疾病的目的。	无特殊要求。
	120		2024级保健按摩2班	一年	100	王爱武	周一下午	C602	50		
	121		2024级保健按摩3班	一年	100	自治区人民医院中医专家团队	周三下午	C602	50		
	122		2024级保健按摩4班	一年	100	张 超	周二上午	C602	50		
	123	推拿	2024级推拿班	一年	100	张 宝	周四下午	C602	50	运用中医理论作指导，用推拿点穴的手法打通与疾病相关的经络穴位，达到预防和调病的目的。	无特殊要求。
	124	饮食与健康	2024级食疗班	一年	100	惠建峰	周五上午	A103	100	根据中医食药养生原则，把食物的营养功能与药用价值相结合，使学员通过学习掌握食疗方法获得健康。	无特殊要求。
125	老年疾病防治	2024级中老年疾病防治1班	一年	100	刘 华	周三上午	C601	50	了解和掌握中老年常见病、多发病的危险因素、临床表现、预防和非药物治疗的基本理论知识。	无特殊要求。	
126	老年疾病防治	2024级中老年疾病防治2班	一年	100	区人民医院专家团队	周二下午	C601	50			
127	老年心理学	2024级健康幸福课堂	一年	100	刘怀荣	周四上午	C601	50	学习掌握身心健康问题的调节方法和缓解压力的有效手段，达到愉悦身心、延年益寿的目的。	无特殊要求。	