|  |
| --- |
| **南航老年大学2021年春季班教学计划** |
| **班级** | 形美基础班 | **授课****教师** | 虞小薇 | **班主任** | 黄建如 |
| **教学****目的** | * 无论您是胖还是瘦？年龄是大还是小？身高是高还是矮？只要您来到这里，您————

就是一个对生活有追求的人，端庄、优雅、知性，是我们每个南航人永久的名片！* 美丽相聚，成就不一样的您！即将从这里开始......
* ...... 已经开始的你，将会更加美丽！
 |
| **使用****教材** | 模特表演技能教程（高等教育出版社），自编 |
| **上课****时间** | 每周星期五 下午 14:40 － 16:40 | **地点** | 教职工活动中心501  |
| **课次** | **日 期** | **教学内容** |
| **1** | 3月5 日 | 热身运动及形体拉伸、手式、手位与步态的训练复习 |
| **2** | 3月 12 日 | 热身运动及形体拉伸、手式、手位与步态的训练复习 |
| **3** | 3月 19 日 | 热身运动及形体拉伸、气韵组合 |
| **4** | 3月 26 日 | 热身运动及形体拉伸、气韵组合 |
| **5** | 4月 2日 | 热身运动及形体拉伸、气韵组合 |
| **6** | 4月 9 日 | 热身运动及形体拉伸、气韵组合 |
| **7** | 4月 16 日 | 热身运动及形体拉伸、苏派旗袍台展组合 |
| **8** | 4月23日 | 热身运动及形体拉伸、苏派旗袍台展组合 |
| **9** | 4月30 日 | 热身运动及形体拉伸、苏派旗袍台展组合 |
| **10** | 5月 7 日 | 热身运动及形体拉伸、苏派旗袍台展组合 |
| **11** | 5月 14 日 | 热身运动及形体拉伸、苏派旗袍台展组合 |
| **12** | 5月 21 日 | 热身运动及形体拉伸、苏派旗袍台展组合 |
| **13** | 5月 28 日 | 热身运动及形体拉伸、苏派旗袍台展组合 |
| **14** | 6月 4 日 | 热身运动及形体拉伸、苏派旗袍台展组合 |
| **15** | 6月 11 日 | 旗袍着装展示 |
| **16** | 6月 18 日 | 学期结课展示 |
| **备注** | 报名联系人：黄老师，13851501959 上课时需着黑色修身衣裤,自备一双软底鞋，一双高跟鞋（根据自身条件而定）。 |