

南航老年大学 2025 年秋季班教学计划

班级	古典舞研学班	授课教师	王雁	班主任	杨红
教学目的	通过系统学习提升学员整体素质				
使用教材	<p>1、北京师范大学角色塑造教材《站相》训练站姿与行姿，在规范下肢步态的基础上，注重腰身、头眼、手势及呼吸的全方位配合，塑造出款款玉步、摇曳生姿、亭亭玉立的古典女子形象，其举手投足间都符合中国传统身体文化的审美意趣</p> <p>2、汉唐舞《唐风华韵》用不同的舞蹈理念、联合博大精深的古典舞文化给大家带来一场美感十足的汉唐盛世</p>				
上课时间	周五 13:45—15:15	地点			
课次	日期	教学内容			
1	9月5日	角色塑造《站相》			
2	9月12日	角色塑造《站相》			
3	9月19日	角色塑造《站相》			
4	9月26日	角色塑造《站相》			
5	10月10日	角色塑造《站相》			
6	10月17日	角色塑造《站相》复习			
7	10月24日	角色塑造《站相》复习			
8	10月31日	角色塑造《站相》结课			
9	11月7日	汉唐舞《唐风华韵》			
10	11月14日	汉唐舞《唐风华韵》			
11	11月21日	汉唐舞《唐风华韵》			
12	11月28日	汉唐舞《唐风华韵》			
13	12月5日	汉唐舞《唐风华韵》			
14	12月12日	汉唐舞《唐风华韵》复习			
15	12月19日	汉唐舞《唐风华韵》复习			
16	12月26日	学期汇报			
备注	报名联系人：杨老师：13851795571				