**28.南航老年大学2024年秋季班教学计划**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **班 级** | **科学养生班** | | | **授课老师** | **张震** | **班主任** | **程老师** |
| **教学目的** | **学习国际先进的营养学知识，用中西医结合来调理疾病，学习中医开锁技术(大道至简，学员易学易掌握)，改变不良的生活饮食习惯，发现中西医对慢病解释的相关性。** | | | | | | |
| **使用教材** | **教师自编** | | | | | | |
| **上课时间** | **每周三下午2:30-4:00** | | **地点:教职工活动中心105室** | | | | |
| **课 次** | **日 期** | **教 学 内 容** | | | | | |
| **1** | **9月4日** | **用营养及中西医结合方式调理经络/急救技法运用** | | | | | |
| **2** | **9月11日** | **用营养及中西医结合方式调理气血/36道气血开关之核心** | | | | | |
| **3** | **9月18日** | **用营养及中西医结合方式调理大脑、五官/脑部调理开锁** | | | | | |
| **4** | **9月25日** | **用营养及中西医结合方式调理颈椎/颈椎问题开锁** | | | | | |
| **5** | **10月9日** | **用营养及中西医结合方式调理肩胛/肩胛问题开锁** | | | | | |
| **6** | **10月16日** | **用营养及中西医结合方式调理腰椎/腰椎问题开锁** | | | | | |
| **7** | **10月23日** | **用营养及中西医结合方式调理肝胆/肝胆问题开锁** | | | | | |
| **8** | **10月30日** | **用营养及中西医结合方式调理心脏/心脏问题开锁** | | | | | |
| **9** | **11月6日** | **用营养及中西医结合方式调理肺炎/肺部问题开锁** | | | | | |
| **10** | **11月13日** | **用营养及中西医结合方式调理肾/肾病综合开锁** | | | | | |
| **11** | **11月20日** | **用营养及中西医结合方式调理脾胃/病气痧象辩证** | | | | | |
| **12** | **11月27日** | **用营养及中西医结合方式调理血糖/开脾胃降血糖** | | | | | |
| **13** | **12月4日** | **用营养及中西医结合方式调理甲状腺/结节囊肿开锁** | | | | | |
| **14** | **12月11日** | **用营养及中西医结合方式调理大关节/股骨头坏死开锁** | | | | | |
| **15** | **12月18日** | **用营养及中西医结合方式调理骨质疏松/坐骨神经问题开锁** | | | | | |
| **16** | **12月25日** | **用营养及中西医结合方式调理下肢/腿部问题开锁** | | | | | |
| **备注** |  | **报名联系人：程老师 电话：18260068428** | | | | | |