|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **南航老年大学2024年秋季班教学计划** | | | | | | |
| **班级** | **民舞三班** | | **授课**  **教师** | **张薇** | **班主任** | **刘旭洁** |
| **教学目的** | **强身健体，协调四肢，丰富中老年人的退休生活** | | | | | |
| **使用教材** | 自编 | | | | | |
| **上课时间** | 每周五上午9:00－10:30 | | | **地点** | 501教室 | |
| **课次** | **日 期** | **教学内容** | | | | |
| **1** | 9月6日 | 形体拉伸+身韵练习+成品教学《.新疆舞》 | | | | |
| **2** | 9月13日 | 同上 | | | | |
| **3** | 9月20日 | 同上 | | | | |
| **4** | 9月27日 | 同上 | | | | |
| **5** | 10月11日 | 同上 | | | | |
| **6** | 10月18日 | 同上 | | | | |
| **7** | 10月25日 | 新疆舞结课+拍摄视频+集体合影照 | | | | |
| **8** | 11月1日 | 形体拉伸十身韵练习十成品舞、蒙古舞教学 | | | | |
| **9** | 11月8日 | 同上 | | | | |
| **10** | 11月15日 | 同上 | | | | |
| **11** | 11月22日 | 同上 | | | | |
| **12** | 11月29日 | 周上 | | | | |
| **13** | 12月6日 | 同上 | | | | |
| **14** | 12月13日 | 同上 | | | | |
| **15** | 12月20日 | 同上 | | | | |
| **16** | 12月27日 | 蒙古舞结课+拍摄视频+合影留念 | | | | |
| **备注** | **报名联系人：刘老师 13851588085** | | | | | |