|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **南航老年大学2023年秋季班教学计划** | | | | | | |
| **班级** | **健康养生班** | | **授课**  **教师** | **项老师** | **班主任** | **程琴芳** |
| **教学目的** | 了解老年痴呆病及保护眼睛知识，学习中医适宜技术，倾听项老师心理课堂，加强自我健康管理意识，提高生活品质，升华生命质量。 | | | | | |
| **使用教材** | **教师自编** | | | | | |
| **上课时间** | **每周 星期三下午 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6日 | 秋季养生 / 保护眼睛专题讲座1/心理课堂1 | | | | |
| **2** | 9月13日 | 老年痴呆系列讲座1 / 保护眼睛专题讲座2 / 心理课堂2 | | | | |
| **3** | 9月20日 | 老年痴呆系列讲座2/ 中医基础1/ 心理课堂3 | | | | |
| **4** | 9月27日 | 老年痴呆系列讲座3/ 中医基础2/ 心理课堂4 | | | | |
| **5** | 10月11日 | 老年痴呆系列讲座4/ 中医基础3/ 心理课堂5 | | | | |
| **6** | 10月18日 | 老年痴呆系列讲座5/ 中医基础4/ 心理课堂6 | | | | |
| **7** | 10月25日 | 老年痴呆系列讲座6/ 中医基础5/ 心理课堂7 | | | | |
| **8** | 11月1日 | 秋冬季慢病系列讲座1/ 耳穴压豆1/ 心理课堂8 | | | | |
| **9** | 11月8日 | 秋冬季慢病系列讲座2 /耳穴压豆2/ 心理课堂9 | | | | |
| **10** | 11月15 日 | 秋冬季慢病系列讲座3 /耳穴压豆3/ 心理课堂10 | | | | |
| **11** | 11月22日 | 秋冬季慢病系列讲座4/ 耳穴压豆4/ 心理课堂11 | | | | |
| **12** | 11月29日 | 秋冬季慢病系列讲座5/ 耳穴压豆5/ 心理课堂12 | | | | |
| **13** | 12月6日 | 冬季养生 /耳穴压豆6/ 心理课堂13 | | | | |
| **14** | 12月13日 | 家庭照护知识系列讲座1 /耳穴压豆7 /心理课堂14 | | | | |
| **15** | 12月20日 | 家庭照护知识系列讲座2 /耳穴压豆8 /心理课堂15 | | | | |
| **16** | 12月27日 | 家庭照护知识系列讲座3 /耳穴压豆9 /心理课堂16 | | | | |
| **备注** | **报名联系人：程老师：**18260068428 | | | | | |