潍坊市老年大学
WEIFANG SENIORS UNIVERSITY

2026年秋季招生简章

潍坊市老年大学

2026年6月

潍坊市老年大学
WEIFANG SENIORS UNIVERSITY

潍坊市老年大学创办于 1987 年，系市委老干部局所属正县级公益一类事业单位，是一所以离退休干部为主，面向社会招生，多专业、多层次、多学制的综合性老年大学。多年来，在市委市政府的正确领导下，坚持政治立校，遵循“增长知识、丰富生活、陶冶情操、促进健康、服务社会”的办学宗旨，开拓进取、创新发展，现有书画艺术、声乐戏曲、体育健身、非遗传承等 10 个系，16 个专业类别，128 门课程，成为市委市政府联系老同志的桥梁纽带、文化养老的重要平台、广大老年人乐学向上的精神家园。先后被授予“全国敬老文明号”“全国先进老年大学”“全国示范老年大学”“全国远程教育示范区”“全国老年大学信息化建设优秀单位”“全国老年教育理论研究实践基地”“全国老年大学标准示范校”等荣誉称号。欢迎广大老年朋友们前来报名学习。

◎ 一、招生对象及条件

1.年满 50 周岁（1976 年 12 月 31 日前出生），遵纪守法、品德良好，身心健康、无重大疾病、传染性疾病和精神类疾病，有完全民事行为能力，能够坚持独立参加学习的人员。

2.年满 80 周岁（1946 年 9 月 1 日前出生）及以上高龄老人建议优先通过网上平台参加线上学习。确需到校参加面授学习者，须在网上报名成功后 10 个工作日内，由直系亲属陪同前往所报班级所属系系主任处签署《潍坊市老年大学高龄学员安全责任承诺书》。逾期未办理者视为自动放弃学位，系统将予以清退。

◎ 二、授课方式

线下授课，每班每周一次课，每次 2 课时，每学期 15 次课。

◎ 三、开设课程

生活艺术系

序号	招生班级	计划招生人数	上课时间	上课地点	学制	课程简介	教师	学费/学期（元）
1	2026 级烹饪一班	42	周二上午	南楼 107 教室	1	本课程系统讲解中国饮食文化及八大菜系代表菜的烹调技法与风味特点，详细讲解每道菜品的选料标准、烹调步骤、营养搭配、制作要领与注意事项。课程注重理论与实践相结合，帮助学员全面理解和掌握菜品烹调的核心技法，提升实际操作能力。	赵日文	150
2	2026 级烹饪二班	42	周一下午	南楼 107 教室	1		陈祥团	150
3	2026 级潍县菜一班	42	周四下午	南楼 107 教室	1	潍县菜是鲁菜的重要分支，起源于明清时期，以刀工精细、火候严谨、口味清鲜而闻名。菜品融合齐鲁饮食文化与地方物产特色，现存经典菜品 300 余种，承载着潍坊深厚的历史文化底蕴。本课程将系统传授传统潍坊菜的制作工艺，带领学员掌握地道技法，领略舌尖上的潍坊风味。	初晓波	150
4	2026 级潍县菜二班	42	周五下午	南楼 107 教室	1		初晓波	150
5	2026 级中式面点制作一班	42	周三上午	南楼 208 教室	1	本课程主要讲授特色面点制作，如花样面点、蔬菜馒头、油饼等。学员将系统学习烫面、发面、油酥面团的调制方法，深入掌握各类面团的特性及成熟规律，从而独立制作出色香味俱佳的中式面点。	刘允兰	150
6	2026 级中式面点制作二班	42	周二上午	南楼 208 教室	1		刘允兰	150

7	2026 级西式烘焙班	42	周五下午	南楼 208 教室	1	本课程教授面包、蛋糕、饼干等西点制作技艺，涵盖烘焙基础理论、面团发酵技巧、奶油打发工艺及创意装饰设计。课程融合实操演练与个性化指导，帮助学员掌握核心技术，培养创新思维，轻松制作美味西点。	赵敏利	150
8	2026 级手工制作初级班	40	周三下午	北楼 203 教室	1	编绳手工制作不仅是一门实用手工艺，更是中国传统文化的重要组成部分。学习编绳既能陶冶情操、美化生活，如菩提十八子手串的串珠搭配、棉线拉扣与藏式流苏的巧妙结合，又能锻炼手指灵活性，达到手脑协调的效果。	傅玉莹	150
9	2026 级手工制作中级班	40	周四上午	北楼 203 教室	1	本课程在初级班的基础上，进一步学习更复杂、观赏性更强的绳结技法。以斜卷结为核心，系统展开系列教学，帮助学员提升创造设计能力与空间思维能力。课程内容涵盖蝴蝶胸针、叶子、豆荚等立体作品的编绳设计，让学员在进阶实践中感受绳艺的无穷魅力。	傅玉莹	150
10	2026 级电影欣赏班	40	周三上午	北楼 303 教室	1	本课程以影视艺术理论为根基，融合经典影片分析与实践观摩，带领学员走进光影世界，领略镜头语言与叙事之美。在欣赏与解析中，提升审美能力，涵养文化素养，让观影更有深度，让生活更富艺术韵味。	韩继磊	150
11	2026 级生活中的服饰穿搭班	40	周三下午	北楼 303 教室	1	本课程从服装款式、色彩搭配、配饰运用及个人形象管理的基础知识入手，引导学员认识自身体型与特质，掌握针对日常生活及不同社交场景的实用穿搭方法。让穿衣成为一门艺术，提升自信与生活品质。	孙亮亮	150

12	2026 级母婴护理一班	48	周二上午	北楼 304 教室	1	本课程系统讲解新生儿及产褥期妇女的护理基本理论，涵盖产妇哺乳指导、饮食护理、科学月子餐及心理护理；同时教授婴儿条件反射识别、生长发育特点与护理要点，以及新生儿常见症状与疾病护理、小儿推拿及咳嗽辨证调理等实用新技术。理论与实践并重，助力学员掌握科学母婴护理技能。	王立彦	150
13	2026 级母婴护理二班	48	周二下午	北楼 304 教室	1		王立彦	150
14	2026 级隔代母婴科学照护班	48	周五上午	北楼 304 教室	半年	本课程专为家中帮忙照料产妇与新生儿的祖辈设计，通过通俗易懂的语言搭配现场实操开展教学，去旧俗、讲科学、重实操，易学、易懂、易上手。课程涵盖产后护理、月子饮食、新生儿照料、母乳喂养协助，实操演练呛奶、异物梗阻等急救。帮助学员理顺家庭育儿分工，实现科学隔代照料，减轻年轻父母压力，守护母婴平安健康。	市人民医院产科	150
15	2026 级婴幼儿护理班	48	周一上午	北楼 304 教室	1	本课程紧密结合祖辈带娃的实际需求，采用理论与实操相结合的方式，传授实用技能，涵盖婴幼儿日常护理、健康养护、应急处理、亲子互动全方面知识以及隔代养育，0-6 岁的早教（感统）游戏和多宝家庭教育等现实课题。包括：新生儿基础护理、婴幼儿营养与喂养、保健与疾病护理、安全防护与应急急救、宝宝情绪疏导、早教互动，培养良好亲子关系，和谐沟通育儿分歧，轻松适配现代家庭育儿的需求。	齐萌萌	150

16	2026 级高端育儿班	48	周三下午	北楼 304 教室	1	本课程系统讲解 0-6 岁儿童大脑发育规律，遵循客观规律科学育儿。内容涵盖:0-3 岁，3-6 岁培育要点以及每个阶段重要问题解析。每节课都会有实操方法，助力学员每次学会一个小方法。真正帮助学员了解儿童智慧成长规律，掌握科学育儿方法，轻松培育出情商高，智商高，品德高的三高宝宝。	王娜娜	150
17	2026 级家庭园艺班	48	周二上午	北楼 401 教室	1	家庭园艺课程以居家园艺实践为核心，涵盖蔬菜种植、花卉养护、果树栽培等内容。课程通俗易懂、实操性强，讲解阳台小菜园种植技巧、常见花卉日常养护、果树水肥管理与修剪方法。在休闲劳作中舒缓身心、陶冶情操，丰富精神文化生活，收获种植乐趣，助力健康养生、提倡品质生活。	张二海	150
18	2026 级整理收纳班	40	周五上午	北楼 203 教室	1	整理收纳，源自传统生活智慧，结合现代断舍离理念，通过科学分类、合理规划，为物品找到专属归处。在取舍间，告别冗余、精简生活，让每一件物品都有价值。它化繁为简，不仅让空间清爽有序，更帮你卸下负担，重拾生活掌控感，让日常居住更舒心从容。	王璇	150

19	2026 级围棋一班	32	周一上午	北楼 501 教室	1	围棋，源于中国古代的策略性两人棋类游戏，是世界上最古老、最具影响力的棋艺之一。本课程从整体布局、长远规划与战术技巧入手，系统培养学员的思考力、判断力与专注力，并引导学员领悟围棋背后深远的哲学意蕴与美学价值。在方寸棋盘间，感受智慧与心性的双重修炼。	于洪波	150
20	2026 级围棋二班	32	周五上午	北楼 501 教室	1		曹程	150
21	2026 级插花艺术班	40	周二下午	北楼 204 教室	1	本课程以植物材料为基础，通过艺术构思与技法创作，表现自然之美与生活之趣。学员在动手实践中修身养性、陶冶情操，感受花艺创作的魅力。	刘金亮	150
22	2026 级服装制作班	40	周三上午	北楼 204 教室	1	本课程讲解如何根据不同年龄段及内衣、外衣的差异，合理选择面料材质、色彩、印花与新颖款式，并通过量体、绘图、裁剪、缝制、熨烫等完整工序，制作出风格多样、美观得体的服装。理论与实践并重，帮助学员掌握从选料到成衣的全流程技艺。	李玉华	150
23	2026 级掼蛋班	48	周四上午	北楼 304 教室	1	掼蛋是一项益智健脑、趣味十足的扑克牌游戏。本课程系统讲解基本规则、出牌技巧、记牌方法与配合策略，通过实战演练、牌例分析、对抗赛等形式，帮助学员快速上手、提升牌技。以牌会友，乐在“掼”中，丰富晚年生活，活跃大脑思维。	汪洋	150

非遗传承系

序号	招生班级	计划招生人数	上课时间	上课地点	学制	课程简介	教师	学费/学期（元）
1	2026 级古琴初级一班	28	周四上午	北楼 202 教室	1	古琴是中国最古老的弹拨乐器之一，距今已有三千余年历史。本课程通过学习初、中级琴曲与琴歌，系统讲解古琴的产生背景、结构与形制、历史地位、记谱法及主要流派等理论知识，帮助学员初步掌握科学的演奏方法、练琴方法、读谱方法与基本音乐常识。在琴音中提升对音乐作品的审美与表现能力，传承与发展古琴艺术，涵养心性。	马荣盛	260
2	2026 级古琴初级二班	28	周二下午	北楼 202 教室	1		钟亮	260
3	2026 级古琴中级班	28	周三上午	北楼 202 教室	1		马荣盛	260
4	2026 级古琴高级班	28	周二上午	北楼 202 教室	1		马荣盛	260

5	2026 级快板班	40	周一上午	北楼 201 教室	2	快板是一种传统说唱艺术，属于中国曲艺中的韵诵类曲种。本课程系统教授快板艺术的基础知识、表演技巧及文化内涵，帮助学员掌握打板节奏、唱念配合与舞台表现，提升语言表达能力和自信心。在清脆的竹板声中，感受传统曲艺的魅力。	付根	150
6	2026 级面塑班	40	周二下午	北楼 201 教室	1	面塑是以面粉、糯米粉等为原料，将熟面团通过手与专用塑形工具，捏塑成各种生动形象的传统手工技艺。本课程带领学员从基本手法学起，循序渐进，由简单动物造型进阶至复杂人物制作，锻炼动手与动脑能力，在指尖传承中国传统工艺，感受民间艺术的魅力。	赵日文	150
7	2026 级潍坊刺绣班	40	周二上午	北楼 201 教室	1	潍坊刺绣，简称“潍绣”，是潍坊地区特有的传统手工刺绣艺术。本课程带领学员从基础针法学起，逐步掌握潍绣的独特技法，最终能够独立完成刺绣作品。在一针一线中感受指尖艺术之美，享受刺绣带来的宁静与快乐，共同传承与弘扬中华优秀传统文化。	于静	150
8	2026 级雕刻技艺班	40	周四下午	北楼 201 教室	1	雕刻技艺属于非遗艺术范畴，包括核雕、木雕、嵌银、葫芦雕刻等传统工艺。本门课由浅入深，理论与实践并重，系统讲授雕刻特别是核雕的相关知识，内容包括雕刻工具的认识、握刀姿势与手法，以及作品的设计构思。通过学习，学员能独立创作作品，提升艺术修养。	张国华	150

9	2026 级剪纸初级班	40	周一下午	北楼 204 教室	1	剪纸是一门镂空艺术，被列入国家级非物质文化遗产。学习剪纸需要手、眼、脑并用，既能修心养性、陶冶情操，又能提升审美情趣。本课程将介绍剪纸所需的材料与工具，由浅入深，逐步练习剪纸基本元素，系统学习单独纹样剪纸、折剪、团花剪纸的制作过程与步骤。在创作中愉悦身心，传承剪纸艺术。	庄建宏	150
10	2026 级剪纸中级班	40	周三下午	北楼 204 教室	1		张方圆	150
11	2026 级珠心算班	40	周二上午	北楼 204 教室	2	本课程以珠算与心算为载体，充分发挥其健脑功能。通过双手拨珠，促进手、眼、口、脑等多种感官的协调发展，让学员在掌握珠心算技能的同时，活跃大脑思维，延缓脑衰退，增强记忆力，实现健身健脑的双重目标。	徐桂芹	150
12	2026 级太祖长拳班	30	周四下午	北楼 406 教室	2	太祖长拳是省级非物质文化遗产项目，相传由宋太祖赵匡胤所创，被誉为“百拳之母”。本课程通过系统习练，舒展筋骨、内外兼修，帮助老年朋友强身健体、修身养性，在传承非遗技艺中弘扬中华优秀传统文化。	谭京杰	150
13	2026 级青萍剑班	30	周五下午	北楼 406 教室	2	青萍剑是中国传统剑术四大名剑之一，以轻灵飘逸著称，注重虚实相生、身剑合一。技法涵盖点、崩、刺、洗等三十六个技击手法，强调下盘稳固与腰部引导，遵循“不封不架、以巧取胜”的技击理念。本课程系统教学，帮助学员领悟剑法精髓，在习剑中强身健体、修身养性。	王娟	150

书画艺术系

序号	招生班级	计划招生人数	上课时间	上课地点	学制	课程简介	教师	学费/学期（元）
1	2026 级楷书一班（颜楷）	40	周二上午	北楼 208 教室	2	书法是以笔墨传情达意的艺术载体，蕴含着深厚的美学与文化内涵。本课程系统讲授书法基本理论、各主要流派的风格特征，并重点教授楷书、行书、草书、隶书、篆书等书体的执笔、用笔、字体结构、书写要领及章法布局等核心技法。通过学习，学员将全面提升书写能力与艺术欣赏水平，在笔墨之间感受传统文化的魅力。	刘学军	150
2	2026 级楷书二班（欧楷）	32	周二下午	北楼 207 教室	2		张家勇	150
3	2026 级楷书三班（魏碑）	40	周五上午	北楼 208 教室	2		杨潍安	150
4	2026 级楷书四班（唐楷）	42	周四上午	北楼 210 教室	2		刘秀泉	150
5	2026 级楷书五班（魏碑）	30	周二上午	北楼 206 教室	2		孙亚斌	150
6	2026 级行书一班	32	周三下午	北楼 207 教室	2		刘秀泉	150
7	2026 级行书二班	42	周一下午	北楼 210 教室	2		严海涛	150
8	2026 级行书三班	40	周三上午	北楼 208 教室	2		孙亚斌	150
9	2026 级草书班	32	周三上午	北楼 207 教室	2		张振华	150
10	2026 级隶书班	32	周五下午	北楼 207 教室	2		刘庆华	150
11	2026 级大篆班	32	周四下午	北楼 207 教室	2		杨潍安	150

12	2026 级书法创作班	30	周二下午	北楼 206 教室	2	本课程聚焦书法创作中的笔法与结构问题，深入讲解章法布局，解析历代经典作品的章法形式。指导学员将临帖所学灵活运用于创作实践，提升审美能力与创作水平，最终帮助学员形成独具个人风格的作品。	刘秀泉	150
13	2026 级硬笔书法班	42	周二上午	北楼 210 教室	2	硬笔书法是与软笔书法相映成趣的书法艺术形式，书写工具涵盖钢笔、中性笔、美工笔、铅笔、粉笔等。本课程系统讲授汉字的基本笔画、结构规律及章法布局，通过临摹名帖、作品创作、交流研讨等环节，引导学员掌握正确的书写姿势与技巧，感受汉字之美，领悟书法之韵。	郑海云	150
14	2026 级花鸟画初级一班	32	周五下午	北楼 307 教室	2	花鸟画是以动植物为主要描绘对象的中国画传统画科。本课程旨在培养学员对笔墨的感知与基本技法的初步掌握能力，通过多种题材的临摹练习，提升审美感受力、艺术欣赏力及初步造型能力。学员将初步了解花鸟画的章法规律，并能够运用所学技法进行简单的花鸟画创作，在一花一鸟间感受传统绘画的魅力。	曹晓峰	150
15	2026 级花鸟画初级二班	32	周一上午	北楼 307 教室	2		刘新华	150
16	2026 级花鸟画初级三班	40	周三上午	北楼 310 教室	2		王建刚	150
17	2026 级花鸟画中级班	32	周二上午	北楼 307 教室	2		张向上	150
18	2026 级山水画班	32	周四上午	北楼 207 教室	2	山水画是以描写山川自然景色为主题的绘画。本课程将进行初步的笔墨训练，系统培养山石、峰峦、树木、云水、点景等基本元素的造型能力。学员能够运用这些元素进行初步的山水画创作，在笔墨间表达天地自然的无穷妙趣。	姚志民	150

19	2026 级素描班	40	周一下午	北楼 306 教室	2	本课程指导学员掌握素描基础知识，理解造型结构，建立空间意识。通过系统练习，提升绘画造型能力、艺术鉴赏力与审美水平，丰富精神生活，陶冶情操，促进身心健康。让线条与明暗成为表达内心、愉悦晚年的艺术语言。	王斌	150
20	2026 级油画班	40	周四上午	北楼 306 教室	2	油画是西方绘画的主要画种之一。本课程带领学员掌握油画基本技能，学习构图、用色与画面节奏的把握，提升色彩塑造能力、色彩鉴赏力与审美水平。在斑斓色彩中挥洒创意，丰富精神生活，陶冶艺术情操。	马一鸣	150
21	2026 级彩铅画初级班	32	周一下午	北楼 307 教室	2	彩铅画是一种介于素描与色彩之间的绘画形式，兼具素描的造型基础与色彩的丰富表现，画面细腻、通透、轻盈。本课程将培养学员熟练运用素描造型能力与色彩调配能力，在细腻的笔触中感受层次与光影之美，创作出富有质感的彩铅作品。	毕磊	150
22	2026 级彩铅画中级班	40	周一上午	北楼 310 教室	2		毕磊	150
23	2026 级水彩画班	40	周五下午	北楼 310 教室	2	本课程融合中西方美学，深耕水彩艺术的东方意境表达。系统研习水彩多种技法，解析西方光影色彩变幻，体悟东方笔墨水韵的晕染格调。以画养心，以艺修身，在笔墨丹青中陶冶情操，静享晚年雅致时光。	王乐志	150
24	2026 级工笔花鸟画班	40	周五上午	北楼 310 教室	2	工笔画以工整细致、色彩艳丽著称。本课程将带领学员了解工笔画的历史发展与演变过程，系统掌握工笔画的基本知识与核心技法，在勾线、渲染、赋色中逐步提升审美感受力。	刘洪稻	150

智能应用系

序号	招生班级	计划招生人数	上课时间	上课地点	学制	课程简介	教师	学费/学期（元）
1	2026 级摄影初级一班	48	周一上午	北楼 603 教室	1	本课程是摄影入门基础课，以相机操作学习为主线，从摄影器材的硬件与基础操作入手，逐步了解摄影的起源与基本原理，完成基本拍摄操作。通过构图、光线、影调、色彩等造型手段，引导学员运用影像表达思想与情感，开启光影记录生活之旅。	潘栗	150
2	2026 级摄影初级二班	48	周三上午	北楼 603 教室	1		韩旭东	150
3	2026 级摄影中级一班	48	周三下午	北楼 603 教室	2	本课程在初级基础上深入学习摄影基本原理、相机操作技巧、构图与用光知识、摄影语言运用、摄影美学及不同题材的拍摄方法。帮助学员系统掌握摄影理论，提升艺术素养与鉴赏能力，能够独立构思并创作出富有创意与新意的摄影艺术作品。	韩旭东	150
4	2026 级摄影中级二班	40	周三上午	北楼 602 教室	2		杨学平	150
5	2026 级创意摄影班	48	周四上午	北楼 603 教室	2	本课程突破常规相机摄影表达，通过精讲摄影器材功能操作、摄影技巧与后期制作，系统学习全景合成、星空、慢门、多重曝光、延时摄影、风光 HDR、升格慢动作、创意微距、生态摄影、夜景光绘等十种创意专题，引导学员拍出与众不同、创意十足的作品，将普通画面转化为更具感染力的视觉影像。	张勇	150

6	2026 级手机摄影一班	40	周三下午	北楼 602 教室	2	本课程主要学习手机摄影的基本技法与原理，帮助学员掌握各类题材的拍摄技巧，提升审美眼光。在轻松学习中感受手机摄影的便利与魅力，随手记录生活中的美好瞬间。	杨学平	150
7	2026 级手机摄影二班	40	周五上午	北楼 602 教室	2		王天田	150
8	2026 级手机图像处理班	40	周二上午	北楼 602 教室	2	本课程系统讲解手机摄影后期图像处理技巧，涵盖修图、调色、人像美化等实用内容。助力老年学员用手机定格生活美好，解锁趣味数字生活。	杨学平	240
9	2026 级手机图像处理与视频制作一班	48	周五上午	北楼 603 教室	2	本课程针对老年学员的学习特点，由浅入深，用简单精练的语言将复杂的拍摄与制作技巧化繁为简。系统讲解手机图像拍摄、后期处理以及视频拍摄与制作，既区分模块，又有机结合，真正做到易学、易记、易会。	刘永德	240
10	2026 级手机图像处理与视频制作二班	40	周一下午	北楼 602 教室	2		李英	240
11	2026 级视频制作一班	40	周四上午	北楼 602 教室	2	本课程系统讲解手机、相机拍摄视频编辑的全流程，涵盖前期构思、拍摄、剪辑、美化、调色等环节，并穿插户外课堂、实景课堂、情境课堂，让学员在实战练习中轻松掌握视频编辑的基本思路与逻辑，丰富晚年生活，提升审美，陶冶情操。	谭琳	240
12	2026 级视频制作二班	40	周一上午	北楼 602 教室	2		王金迪	240
13	2026 级视频制作三班	32	周二下午	北楼 305 教室	2		王雪宁	240

14	2026 级图像处理初级班	42	周一上午	北楼 601 教室	1	本课程使用 Photoshop 软件，对摄影作品进行分析与后期调整，让画面呈现更佳的视觉效果。通过理论讲解与实际操作，强化 Adobe Camera Raw、图层、通道、蒙版、滤镜等核心功能，结合风光、人像、色彩等实例练习，帮助学员掌握正确的摄影后期流程，提升作品的审美表现力。	刘萍	240
15	2026 级图像处理中级班	42	周二上午	北楼 601 教室	2		陈永庆	240
16	2026 级图像处理高级班	42	周三上午	北楼 601 教室	2		陈永庆	240
17	2026 级智能手机基础应用+AI 创意工具的使用班	42	周三下午	北楼 601 教室	1	本课程从手机基础设置入手，帮助学员掌握智能手机的常规操作及日常生活常用软件的使用方法，了解并初步运用基础的手机 AI 工具。同时增强数字安全意识与防诈骗能力，提升日常生活便利性，让学员真正享受智能生活的乐趣。	冯莉	240
18	2026 级智能手机应用与视频制作班	42	周四上午	北楼 601 教室	1	本课程重点教授手机基本操作、常用生活应用软件的使用方法以及简易短视频制作技巧。帮助学员轻松上手智能设备，感受网络时代的便捷与高效，真正享受智能手机带来的精彩生活。	李艳	240

19	2026 级无人机航拍班	48	周四下午	北楼 603 教室	1	本课程旨在培养学员无人机航拍的实际操作能力，提升航拍理论水平。教学内容涵盖基础理论、飞行安全、平面航拍及后期处理、视频航拍及后期剪辑。通过系统学习，激发学员在视觉影像创作上的创新思维，锻炼并提升手、眼、脑三位一体的协调操控能力。	张勇	240
20	2026 级银发电商与新媒体生活班	42	周二下午	北楼 601 教室	1	本课程旨在助力老年学员跨越数字鸿沟，掌握安全网购、短视频拍摄剪辑、AI 智能创作以及直播技能，零基础起步、手把手教学、全实操落地。使学员能够运用这些新兴媒介记录生活、表达自我、拓展社交圈、分享知识与经验。通过本课程的学习，学员能够掌握电商购物、新媒体创作和手机直播的基本技能，实现自我价值的提升。培养老年学员积极参与数字化时代的意识和勇于展示自我的精神，将新媒体平台作为展示个人才华、分享生活感悟、传递正能量的舞台，通过交流互动拓展社交圈子，丰富晚年生活。	马丽	240
21	2026 级金融安全与智慧生活班	32	周四上午	北楼 305 教室	1	本课程聚焦老年人日常生活中的金融需求，讲解储蓄理财、家庭资产配置、社保与医保政策、手机支付及防范金融诈骗等实用知识。内容通俗易懂、案例丰富，帮助学员树立理性理财观念，守护好自己的“钱袋子”，安享智慧、安全的晚年生活。	刘恩鹏	150

健康养生系

序号	招生班级	计划招生人数	上课时间	上课地点	学制	课程简介	教师	学费/学期（元）
1	2026 级茶艺与健康一班	42	周一上午	北楼 302 教室	1	本课程从喝茶、品茶、茶艺、茶道入手，探讨茶对人精神层面的滋养与影响。系统讲授茶叶的优劣真假鉴别、储存与保鲜方法、因时选茶的技巧、合理饮茶温度，以及茶的分类与保健功效。在淡淡茶香中，品味健康，修养身心。	董春英	150
2	2026 级茶艺与健康二班	42	周四下午	北楼 302 教室	1		董春英	150
3	2026 级茶艺与健康三班	42	周二上午	北楼 302 教室	1		张平平	150
4	2026 级茶艺与健康四班	42	周五下午	北楼 302 教室	1		薛萌	150
5	2026 级中医养生学一班	40	周二下午	北楼 502 教室	1	本课程系统讲解阴阳五行理论基础，传授饮食调理、运动保健、情志调养等传统养生方法，指导学员顺应自然规律，增强体质，预防疾病，延年益寿。	刘杲	150
6	2026 级中医养生学二班	40	周四下午	北楼 502 教室	1		刘杲	150
7	2026 级中医养生学三班	40	周三下午	北楼 604 教室	1	本课程系统讲授中医养生基础理论与日常康养技能，帮助学员建立科学的养生观，掌握顺时调养、体质辨识、食疗、经络保健、运动导引及慢病康养等方法，提升老年生活质量，实现“未病先防、既病康养”。	张继海	150

8	2026 级中医养生保健班	40	周五下午	北楼 402 教室	1	本课程通过系统学习中医养生的道、理、法、术，培养学员对中医学、中医养生及中国传统文化的热爱与兴趣，帮助树立正确的生命观、健康观、养生观，掌握实用的中医养生保健知识与技能。	王禹臣	150
9	2026 级中医养生与健康管理班	40	周四下午	北楼 604 教室	1	本课程主要讲解传统中医基础养生知识，普及居家保健、食疗膳食、中药茶饮、起居运动、穴位按摩、四季调养实用方法。围绕日常养护、家庭保健实操，传授简单易上手的健康管理技巧，助力大家科学调理身体，乐享生活。	朱敏敏	150
10	2026 级中医经络腧穴班	40	周一下午	北楼 402 教室	1	本课程是中医入门与精进的关键学科，系统讲解中医经典理论及经络腧穴分布规律，注重实践应用。通过学习，学员能够掌握实用的腧穴保健技能，学以致用，成为自己和家人的健康守护者。	姚得宝	150
11	2026 级中医理论班	40	周二上午	北楼 502 教室	1	本课程浓缩中医基础理论之精华，系统讲授中医养生的基本原则与实用方法。通过学习，为中医养生保健、疾病防治打下坚实基础，带领学员感受中医智慧的独特魅力。	姚得宝	150

12	2026 级槌疗班	40	周二上午	北楼 402 教室	1	槌疗源自中医古振梃疗法，最早记载于《黄帝内经》《易筋经》，清代《医宗金鉴》亦有详述，是传承千年的非遗外治秘术。槌疗疏通经络、活血化瘀、松解筋膜、驱寒祛湿;改善肩颈僵硬、腰背酸痛、肢体麻木、失眠乏力等亚健康问题，纯物理调理，适合久坐族、中老年及体质虚寒人群。	王桂珍	150
13	2026 级小儿推拿班	40	周二下午	北楼 402 教室	1	小儿推拿是中医儿科学与推拿学相结合的产物，以中医辨证理论为基础，通过对小儿体表特定穴位施以特定手法，达到有病治病、无病保健效果的绿色医疗手段。具有调节脏腑、疏通经络、调和气血、平衡阴阳的作用，能够增强小儿免疫功能，助力健康成长。	刘鹏飞	150
14	2026 级健康体态活力人生班	40	周三下午	北楼 402 教室	1	本课程在帮助学员掌握人体运动体系主要结构与功能的基础上，重点分析各种不良体态对健康的影响。通过学习，学员将学会科学的体态评估与矫正方法，逐步塑造健康优美的体态，焕发活力，乐享人生。	李瑞军	150
15	2026 级营养保健班	40	周四上午	北楼 604 教室	半年	本课程系统讲解营养学知识，指导学员科学搭配三餐，运用合理营养预防疾病、增强体质，乐享健康晚年。	杜慧真	150

16	2026 级和谐关系健康身心班	56	周二上午	北楼 404 教室	1	本课程运用心理学原理指导生活实践，促进人际关系和谐与身心健康发展。学员将系统了解心理学基础知识，树立科学的心理观，掌握建立和谐人际关系的有效方法，学习压力应对、情绪管理与人际沟通技巧，提升心理学素养，实现身心的双重成长与平衡。	玄爱玲	150
17	2026 级推拿刮痧艾灸班	40	周三下午	北楼 502 教室	1	本课程实用性强，系统教授推拿、刮痧、艾灸的基本知识与操作技法，注重实际操作，手把手教学，帮助学员掌握传统中医外治技能，为家庭健康保健护航。	姚得宝	150
18	2026 级艾灸班	40	周五上午	北楼 402 教室	半年	本课程系统讲解中医艾灸基础理论与实用操作技能，涵盖艾灸常用工具、常见穴位定位、灸法手法及注意事项等内容。结合老年人常见的颈肩腰腿痛、胃肠不适、失眠等健康问题，教授针对性的保健灸法。课程注重实操练习，帮助学员掌握安全、有效的家庭艾灸方法，实现日常自我保健、防病强身。	栾贵城	150
19	2026 级黄元御中医传承班	40	周四下午	北楼 402 教室	半年	黄元御，名:玉路，字:坤载，号:玉楸子，潍坊昌邑人。乾隆御医。著有医书八种。其中《四圣心源》为诸书之会极，也是黄元御总结了黄帝、岐伯、扁鹊、张仲景等医学四圣的核心思想。入门简单通俗易懂，不必再去苦读黄帝内经、伤寒论、金匮要略、难经等等，就能明白古中医的道理。课程从天人解、六气解、劳伤解到杂病解贯穿全书内容。	黄庆伟	150

语言文学系

序号	招生班级	计划招生人数	上课时间	上课地点	学制	课程简介	教师	学费/学期（元）
1	2026 级黄帝内经班	30	周一上午	北楼 503 教室	1	《黄帝内经》凝聚古圣先贤仰观俯察、天人相感的智慧结晶，系统阐述了“天人合一”的理念与养生方法。本课程通过义理讲解与体证实修，带领学员领悟四时八节与养生、情志疏导与健康、阴阳五行与经络等中医精髓，感受经典永恒的生命智慧。	毛宗明	150
2	2026 级易经班	30	周三上午	北楼 503 教室	1	本课程以《易经》智慧为主线，解读阴阳变化、刚柔相推之理，帮助学员提升个人修养与认知境界。通过学习，体悟立身处世之道、趋吉避凶之方、取舍抉择之智，领悟行正道、独善其身、兼济天下的人生哲理，让古老经典照进现实生活。	王中慧	150
3	2026 级易经环境学班	30	周四上午	北楼 503 教室	半年	《易经》的思维方式贯穿中国环境学的核心理念，承载着人与自然和谐共生的古老智慧。本课程以严谨的学术态度和现代视角，重新审视经典的当代价值，将易学与地理环境学、建筑美学深度融合。课程注重传统理论与实战应用相结合，帮助学员在环境布局中提升智慧与境界，实现和谐宜居的理想家园。	郭保礼	150

4	2026 级国学智慧班	30	周五上午	北楼 503 教室	1	本课程精选国学经典，紧扣老年人生活实际，深入浅出地讲解修身养性、为人处世、家庭和谐等人生智慧。旁征博引，帮助学员从传统文化中汲取营养，涵养心性，启迪晚年生活的新境界。	王中慧	150
5	2026 级国学道德经班	30	周二上午	北楼 503 教室	1	本课程以《道德经》为核心，带领学员领悟“道法自然”“上善若水”“无为而治”等经典智慧。结合老年人生活实际，探讨修身养性、家庭和睦、心态调节与健康养生等主题，引导大家从经典中汲取人生启迪，涵养平和心境，让晚年生活更从容、豁达、充满智慧。	杨朝军	150
6	2026 级诗歌朗诵初级一班	46	周二下午	北楼 504 教室	1	诗歌朗诵专为热爱语言艺术的老年朋友开设。课程精选古体诗与现代诗两大体裁，采用理论讲授与技能训练相结合的方式，帮助学员掌握朗诵表达技巧，提升语言感染力。在抑扬顿挫中品味诗意，用声音传递情感，让晚年生活更富韵律与风采。	丁方	150
7	2026 级诗歌朗诵初级二班	46	周五下午	北楼 504 教室	1		刘允霞	150
8	2026 级诗歌朗诵中级班	46	周一下午	北楼 504 教室	1		刘允霞	150

9	2026 级朗诵班	56	周一上午	北楼 404 教室	1	本课程通过系统的发声训练、气息练习及语音语调打磨，帮助学员掌握朗诵的核心技巧。精选诗歌、散文、红色故事等经典作品进行练习与展示，提升语言表达能力和情感传递水平。以声传情，以情动人，让学员在朗诵中陶冶情操、增强自信，尽情享受语言艺术的魅力。	张宝兰	150
10	2026 级普通话班	56	周四下午	北楼 404 教室	1	本课程以规范读音、生动讲述、激情诵读为核心内容，帮助学员系统掌握普通话的发音规律与语流特点，有效提升普通话水平，同时增强朗诵艺术的鉴赏能力与语言表达能力。	杜允	150
11	2026 级中国历史—隋唐五代史班	56	周三上午	北楼 404 教室	1	本课程聚焦隋唐五代时期的重大历史事件与重要历史人物，采用全景式展开与纵深式探讨相结合的方式，系统梳理从隋朝统一、唐朝兴衰到五代十国变局的历史脉络。	刘同香	150
12	2026 级中国近代历史班	56	周五下午	北楼 404 教室	1	本课程系统讲述 1840 年鸦片战争至 1949 年新中国成立期间的重大历史事件、关键人物与社会变迁，带领学员重温近代中国的屈辱与抗争、探索与奋斗历程。以史为鉴，知耻后勇，厚植爱国情怀。	刘红霞	150

13	2026 级旅游审美与景观赏析班	56	周一下午	北楼 403 教室	1	本课程带您跳出“走马观花”的旅游误区。系统解析自然山水、古典园林、中国传统古建筑、宗教圣地、陵墓、雕塑、书法等多种景观的审美要素。结合经典景点案例，学习不同类型景观的欣赏要素和方法，从“走马观花看风景”到“细细品味读风景”，从而让您在旅游中更好的感受旅游景点之美，提升审美素养与文化品味。	李淑燕	150
14	2026 级朗诵与舞台表演艺术班	56	周二下午	北楼 403 教室	2	本课程将朗诵艺术与舞台表演有机融合，通过语音语调训练、情感表达、形体动作、舞台走位等系统训练，全面提升学员的语言表达力与舞台表现力。在声情并茂的朗诵与收放自如的表演中，展现自信风采，享受艺术的魅力。	于晓萍	150
15	2026 级诗词创作班	32	周二下午	北楼 501 教室	1	诗词创作是以理论与创作并重，从古典诗词的发展脉络入手，详细讲解五言绝句、五言律诗、七言绝句、七言律诗和部分词牌的创作要领。从诗谱的“替、对、粘”基础知识到“起承转合”创作理论，由简入繁，从两句的对联，到四句的绝句，再到八句的律诗，最终能掌握部分词牌的填词，可以用格律诗词的形式比较流畅地表达思想情感。	吉建伟	150

16	2026 级英语初级班	56	周三上午	北楼 403 教室	2	本课程是一门基础英文课程。从 26 个英语字母及国际音标起步，系统讲解基本词法规则、基础句法及常用动词时态等知识，帮助学员打下扎实的英语基础。	刘萍	150
17	2026 级英语中级班	56	周一上午	北楼 403 教室	2	课程是一门注重实用性的英语课程。通过系统学习，学员能够运用英语进行日常简单对话，读懂简易的英语文章及常见标识，提升实际应用能力。	刘萍	150
18	2026 级英语口语初级班	56	周五下午	北楼 403 教室	1	本课程以听说训练为核心，专注于日常基础口语的学习。学员将在真实模拟的语言环境中，通过情景对话、角色扮演等方式，运用简单实用的英语句子和常用口语表达，轻松演绎生活场景，在愉快的氛围中提升英语开口能力。	文彤	150
19	2026 级英语口语中级班	40	周二下午	北楼 303 教室	1		杨静洁	150
20	2026 级名著导读班	46	周五上午	北楼 504 教室	1	课程将从人性的角度深度解析《西游记》，涵盖文学、历史、哲学等领域，通过教师领读、片段赏析、主题讨论等形式，帮助学员走近名著、读懂经典。课程融知识性与趣味性于一体，引导大家在阅读中开阔视野、启迪智慧、滋养心灵，享受深度阅读。	王娜娜	150

器乐演奏系

序号	招生班级	计划招生人数	上课时间	上课地点	学制	课程简介	教师	学费/学期（元）
1	2026 级中阮初级班	44	周四下午	北楼 713 教室	1	中阮是我国古老的弹拨乐器之一，在民族乐队中具有不可替代的艺术地位。本课程带领学员了解中阮演奏的基本知识，系统掌握弹奏方法，从简单乐曲入手，一曲一技，循序渐进，逐步提高识谱能力与演奏水平，提升艺术鉴赏力，在琴音中感受传统民乐的魅力。	李敏	260
2	2026 级中阮中级班	40	周三下午	北楼 609 教室	1		李敏	260
3	2026 级中阮高级班	40	周一上午	北楼 609 教室	1		陈彦润	260
4	2026 级吉他初级班	40	周三上午	北楼 609 教室	1	本课程系统讲授吉他弹奏的基础知识与核心技巧，包括弹奏姿态、拨弦、扫弦、按弦及击勾弦等技法，帮助学员熟练掌握并运用于演奏之中。通过手指训练与左右手配合练习，提升手指力量、灵活性与协调能力，逐步达到良好的演奏状态。	杜祖方	260
5	2026 级吉他中级班	40	周一下午	北楼 609 教室	1		杜祖方	260

6	2026 级电吹管初级一班	40	周四下午	北楼 714 教室	1	电吹管是一种多功能电子乐器。本课程将带领学员了解乐谱基本知识与乐器保养方法，熟练掌握电吹管的基本演奏方式。从 C 调音阶入手，学习吹奏简单曲目；进而了解重奏知识与技巧，练习重奏乐曲，把握各声部特性；并通过专项练习曲逐步提升演奏技术，享受多元音色带来的音乐乐趣。	杨存祥	260
7	2026 级电吹管初级二班	32	周一上午	北楼 711 教室	1		刘永朋	260
8	2026 级电吹管中级班	32	周二下午	北楼 711 教室	1		杨存祥	260
9	2026 级电吹管高级班	40	周一下午	北楼 714 教室	1		刘永朋	260
10	2026 级葫芦丝初级一班	40	周四上午	北楼 714 教室	1	葫芦丝小巧玲珑，音色优美，简单易学。本课程系统讲授音乐基础理论、基本演奏技巧及不同指法的演奏方法，帮助学员掌握多民族、多风格、多技巧的乐曲。在练习中提升音准、节奏、乐感与表演能力，增强音乐欣赏水平与艺术修养，丰富晚年生活，吹奏出心中的旋律。	王帅	260
11	2026 级葫芦丝初级二班	56	周五下午	北楼 810 教室	1		马寅生	260
12	2026 级葫芦丝初级三班	40	周四下午	北楼 609 教室	1		吴峥	260
13	2026 级葫芦丝中级班	40	周三上午	北楼 714 教室	1		马寅生	260
14	2026 级葫芦丝高级班	32	周三上午	北楼 711 教室	1		王帅	260

15	2026 级口琴初级班	40	周二上午	北楼 714 教室	1	口琴是一种通过吹吸使金属簧片振动发声的自由簧吹奏乐器。本课程系统讲授乐理基础知识，规范口琴演奏基本功，通过口腔与双手的配合及全身协调运动，学习吹奏技巧，掌握单音吹奏法、多音吹奏法及复音伴奏。同时练习合奏与重奏，提升演奏水平及对音乐的理解与表达能力，在轻盈的琴声中感受音乐的魅力。	吴限灵	260
16	2026 级口琴中级班	40	周四上午	北楼 609 教室	1		吴限灵	260
17	2026 级口琴演奏班	56	周五上午	北楼 904 教室	1		吴限灵	260
18	2026 级非洲鼓初级班	32	周五上午	北楼 711 教室	1	非洲鼓起源于十三世纪的马利王朝，是西非曼丁文化的代表性乐器。其音色独特，通过不同击打部位可发出低音、中音、高音三种音色。学习非洲鼓不仅容易上手、增强自信，更是一种集娱乐、健身、社交、表演于一体的活动，有助于缓解压力，促进人际互动，在欢快的节奏中感受原始而热烈的音乐魅力。	任媛媛	260
19	2026 级非洲鼓中级班	32	周二上午	北楼 711 教室	1		任媛媛	260
20	2026 级洞箫初级班	32	周四下午	北楼 711 教室	1	洞箫是最常见的民族乐器之一，多以紫竹、白竹制成。本课程系统教授洞箫的发声原理与基本吹奏方法，通过初级曲目的练习，帮助学员掌握吹奏技巧，在悠远箫声中体味独特韵味，提升对音乐的理解力与艺术感受力。	马寅生	260
21	2026 级洞箫中级班	32	周三下午	北楼 711 教室	1		马寅生	260

22	2026 级小提琴初级班	32	周四上午	北楼 711 教室	1	小提琴是现代管弦乐队弦乐组中的核心乐器。本课程带领学员认识小提琴，初步掌握正确的演奏姿势、演奏方法、科学练琴法、节奏打拍与读谱技巧，学习并合理运用小提琴专用的五线谱乐理知识及音乐常识。	谭欣	260
23	2026 级小提琴中级班	40	周五上午	北楼 714 教室	1		谭欣	260
24	2026 级电子琴初级一班	32	周一下午	北楼 409 教室	1	电子琴是一种电子键盘乐器，属于电子音乐合成器。本课程通过系统教学，帮助学员掌握电子琴的基础知识与弹奏技巧，提升对音乐的兴趣、感悟力、演奏力、想象力与创作力。逐步能够演奏具有一定难度的中外乐曲，自然自信地在公共场合展现自我，在琴声中陶冶情操、愉悦身心。	王霞	260
25	2026 级电子琴初级二班	32	周一上午	北楼 409 教室	1		姜卫云	260
26	2026 级电子琴初级三班	32	周五上午	北楼 409 教室	1		马美芝	260
27	2026 级电子琴中级一班	32	周四上午	北楼 409 教室	1		姜卫云	260
28	2026 级电子琴中级二班	32	周二下午	北楼 409 教室	1		王霞	260

29	2026 级古筝初级一班	30	周四下午	北楼 606 教室	1	古筝是汉民族古老的民族乐器。本课程系统讲授古筝基础知识与弹奏指法，讲解各种技巧的发声原理，学习简单即兴演奏与伴奏方法。通过练习曲的熟练弹奏，掌握简谱识读与基本乐理，初步了解古筝各大流派的演奏特点与音乐风格，提升音乐作品欣赏能力。	潘晓丽	260
30	2026 级古筝初级二班	30	周二上午	北楼 606 教室	1		刘小惠	260
31	2026 级古筝中级一班	30	周一上午	北楼 606 教室	1		刘玉洁	260
32	2026 级古筝中级二班	30	周五上午	北楼 606 教室	1		郎月玲	260
33	2026 级古筝高级班	30	周一下午	北楼 606 教室	1		吕玉霞	260
34	2026 级古筝流行曲班	30	周四上午	北楼 606 教室	1		刘小惠	260
35	2026 级古筝演奏班	30	周三上午	北楼 606 教室	1		潘晓丽	260

36	2026 级钢琴初级一班	31	周四下午	北楼 710 教室	1	钢琴是音域最广的乐器之一。本课程系统讲授钢琴基础知识与弹奏技巧，帮助学员较熟练地弹奏练习曲与乐曲，掌握五线谱识读与简单即兴伴奏方法，加深对音乐与钢琴艺术的理解，提升音乐作品的欣赏能力。	谭大勇	500
37	2026 级钢琴初级二班	31	周五下午	北楼 710 教室	1		李建纲	500
38	2026 级钢琴中级一班	31	周四上午	北楼 710 教室	1		谭大勇	500
39	2026 级钢琴中级二班	31	周二下午	北楼 710 教室	1		李建纲	500
40	2026 级钢琴高级班	31	周三下午	北楼 710 教室	1		任朋	500
41	2026 级二胡初级班	40	周二上午	北楼 609 教室	1	二胡是中国民族器乐中极具表现力的乐器之一，音色细腻深沉、柔美抒情，亦可演绎欢快活泼的乐曲，艺术感染力丰富。本课程旨在通过学习二胡演奏，带领学员领略传统乐器的旋律之美与深厚情感内涵，丰富文化生活，陶冶艺术情操。	赵静	260
42	2026 级二胡中级班	40	周三下午	北楼 714 教室	1		桂三超	260
43	2026 级二胡高级班	40	周二下午	北楼 609 教室	1		赵静	260

44	2026 级手风琴班	40	周二下午	北楼 714 教室	1	手风琴是一种既能独奏又能伴奏的键盘乐器。本课程通过专业规范的教学，帮助学员认识手风琴，掌握正确的弹奏方法、练琴方法与读谱技巧，学习初级简谱乐理知识及音乐常识。同时，演奏手风琴能有效锻炼手指灵活性与大脑反应能力，让身心在琴声中共同成长。	谭大勇	260
45	2026 级陶笛初级班	32	周五下午	北楼 711 教室	1	陶笛是一种古老而别具特色的吹管乐器。本课程系统教授陶笛的演奏姿势、吹奏方法、呼吸技巧，同时学习识谱、节奏、音准等乐理知识。通过练习曲与乐曲相结合，循序渐进掌握各类演奏技巧，学习多种风格乐曲，培养独奏、合奏、轮奏能力，在悠扬笛韵中感受音乐之美。	郭爱	260
46	2026 级陶笛中级班	44	周二下午	北楼 713 教室	1		郭爱	260
47	2026 级萨克斯演奏班	40	周五下午	北楼 609 教室	1	萨克斯不仅擅长演绎古典音乐，在爵士乐、轻音乐领域也独具魅力。本课程系统教授萨克斯的基本吹奏技巧，包括呼吸方法、发音技巧、指法等。学员在掌握基础后，能够独立演奏简单至中等难度的曲目，学会用音乐表达情感，提升个人艺术修养，在醇厚音色中享受演奏的乐趣。	王飞	260

48	2026 级京胡班	40	周五下午	北楼 714 教室	1	京胡与京剧艺术相伴而生，一脉相承。本课程通过练习曲及经典唱段的学习，辅以常用京胡曲牌与各行当唱段，帮助老年学员正确掌握京胡基础知识与演奏技巧，在琴声中提升京剧欣赏水平，感受国粹艺术的独特魅力。	韩继业	260
49	2026 级唢呐班	32	周一下午	北楼 711 教室	1	唢呐是民族吹管乐器中的重要代表。本课程系统讲解中国唢呐的专业化发展历程、音乐文化、表演形式及演奏姿势、嘴型、手型与方法。从多元文化视角出发，全方位解析唢呐演奏知识，帮助学员在学习中感受唢呐艺术的独特魅力，深入体验中国音乐审美与国乐文化。	吴峥	260
50	2026 级月琴初级班	44	周三上午	北楼 713 教室	1	月琴作为中国传统弹拨乐器，承载着悠久的历史与深厚的文化底蕴。本课程系统教授月琴的演奏姿势、指法、拨弦技巧及基础乐理，通过经典曲目的练习，帮助学员掌握演奏方法，在清亮圆润的琴音中提升艺术修养，感受传统民乐的独特韵味。	李敏	260
51	2026 级月琴中级班	40	周五上午	北楼 609 教室	1		李敏	260

舞蹈表演系

序号	招生班级	计划招生人数	上课时间	上课地点	学制	课程简介	教师	学费/学期（元）
1	2026 级广场舞一班	30	周二下午	北楼 407 教室	2	广场舞是一种以集体舞蹈形式为主的健身活动，融合了多种民族舞蹈元素，动作舒展、节奏明快。课程特别适合中老年朋友参与，既能强身健体、愉悦心情，又能增进社交互动、传承民族文化。在欢快的舞步中，舞出健康、舞出风采、舞出幸福晚年。	丁宁	150
2	2026 级广场舞二班	30	周四下午	北楼 407 教室	2		张雪丽	150
3	2026 级拉丁舞一班	30	周三上午	北楼 607 教室	2	拉丁舞是一种体育舞蹈，主要包括伦巴、恰恰、牛仔、桑巴和斗牛五个舞种，风格热情奔放、浪漫动感，动作豪放粗犷，节奏鲜明强烈。本课程带领学员学习基本舞步与组合，在充满激情的音乐中锻炼身体协调性、增强心肺功能，释放活力、愉悦心情，感受拉丁舞的独特魅力。	黄楠	150
4	2026 级拉丁舞二班	30	周一上午	北楼 406 教室	2		商凯捷	150

5	2026 级摩登舞班	30	周五下午	北楼 607 教室	2	摩登舞包括华尔兹、探戈、狐步、快步、维也纳华尔兹五个舞种，风格优雅端庄，富有艺术魅力。本课程从基础舞步、身体姿态、音乐节奏入手，循序渐进地教学，帮助学员掌握摩登舞的基本技巧与组合套路。在优美旋律中翩翩起舞，既能锻炼身体协调性、改善体态，又能陶冶情操、愉悦身心。	闫维强	150
6	2026 级模特班	30	周五下午	北楼 407 教室	2	本课程通过形体训练、步态练习、舞台展示等内容，帮助学员改善体态、提升气质。系统教授站姿、走步、转身、表情管理等基本技巧，结合音乐节奏与服装搭配，让学员走出优雅步伐，秀出自信风采，在聚光灯下绽放别样晚年魅力。	梁晶	150

声乐戏曲系

序号	招生班级	计划招生人数	上课时间	上课地点	学制	课程简介	教师	学费/学期（元）
1	2026 级声乐初级一班	48	周一上午	北楼 905 教室	2	声乐是一门运用科学发声方法，塑造歌曲艺术形象、表达思想情感的音乐艺术。本课程帮助学员掌握规范的演唱技巧，加深对歌曲的理解与表现，能够独立演唱歌曲，提升对歌唱艺术的审美与鉴赏能力，在歌声中抒发情感、享受音乐之美。	裴娜	150
2	2026 级声乐初级二班	48	周一下午	北楼 905 教室	2		余娟	150
3	2026 级声乐中级一班	56	周二下午	北楼 904 教室	2		裴娜	150
4	2026 级声乐中级二班	48	周四上午	北楼 905 教室	2		张茂华	150
5	2026 级声乐高级一班	44	周一下午	北楼 713 教室	2		李玉强	150
6	2026 级声乐高级二班	44	周一上午	北楼 713 教室	2		李娜娜	150
7	2026 级声乐高级三班	56	周四上午	北楼 904 教室	2		李晓乐	150

8	2026 级流行音乐班	56	周四上午	北楼 810 教室	2	流行音乐演唱是艺术门类中独具特色的学科，以多元化、丰富多变的音乐风格，成为繁荣中国音乐文化的重要组成部分。本课程通过规范化教学，帮助学员逐步掌握流行音乐演唱的基本技能，提升艺术修养与鉴赏水平，唱出个性与风采。	余娟	150
9	2026 级音乐素养与录音编曲班	40	周一上午	北楼 714 教室	1	本课程从基础乐理入手，帮助学员提升识谱、节奏、音准等综合音乐素养，同时系统教授录音软件的操作方法，涵盖音频录制、剪辑、混音及伴奏制作等内容。理论与实践相结合，让学员能够独立完成歌曲录制与简单编曲，激发创作热情，在音乐中表达自我、享受乐趣。	谭大勇	150
10	2026 级声乐视唱练耳班	56	周一下午	北楼 810 教室	2	本课程是声乐学习的基础训练课，重点提升学员的识谱能力、音准感与节奏感。通过视唱练习、听音模唱、节奏训练等方式，帮助学员逐步解决“跑调”“跟不上拍子”等常见问题。课程通俗易懂、注重实操，在轻松的氛围中打好音乐基本功，为唱歌及乐器学习筑牢根基。	高婷婷	150
11	2026 级基础乐理班	56	周一上午	北楼 904 教室	1	基础乐理是音乐理论的共同基础课，也是学习声乐、器乐、作曲、音乐欣赏、戏剧等音乐门类的必备前提。本课程结合歌唱实例，帮助初学者理解音乐的构成与表现原理，系统提升音乐素养与综合技能，为后续音乐学习打下扎实根基。	王凤	150

12	2026 级京剧老生班	44	周五上午	北楼 713 教室	2	本课程以经典名家唱段为载体，系统讲授京剧表演相关知识，帮助学员掌握老生行当的表演规律、艺术特点及专业技能，重点学习老生的发声、吐字等核心技法，在唱念做打中领略国粹艺术的深厚魅力。	王孝春	150
13	2026 级京剧青衣班	44	周四上午	北楼 713 教室	2	本课程是中国戏曲中旦行的一种。本课程通过课堂授课，帮助学员学习并掌握京剧青衣的发声方法、吐字归韵、形体塑造及表演技巧，使学员能够具备一定的演唱与表现能力。	王孝春	150
14	2026 级京剧老旦班	48	周五上午	北楼 905 教室	2	本课程通过科学指导发声、用气与演唱方法，教授传统京剧及现代京剧中的老旦经典唱段。通过唱段演示与课堂练习，帮助学员掌握老旦演员的基本舞台表演技巧。课程旨在提升学员对京剧老旦艺术的欣赏与表现能力，传承国粹艺术。	王玲	150
15	2026 级合唱表演班	56	周三下午	北楼 810 教室	2	本课程通过科学的发声训练、分声部排练及多声部作品演唱，帮助学员掌握合唱的基本技巧，包括气息控制、音准节奏、和声配合与舞台表现。在集体协作中感受和声之美，提升音乐鉴赏能力，丰富精神文化生活。	吴栋	150

体育健身系

序号	招生班级	计划招生人数	上课时间	上课地点	学制	课程简介	教师	学费/学期（元）
1	2026 级健身气功班	30	周三上午	北楼 406 教室	2	健身气功是以形体活动、呼吸吐纳、心理调节相结合为特点的民族传统体育项目。本课程系统讲解健身气功的基本理论，带领学员掌握多种功法的动作要领与养生知识，在缓慢舒展的一招一式中调和气血、强健体魄、宁心安神，达到身心共养的健身效果。	马振阁	150
2	2026 级瑜伽初级班	30	周四上午	北楼 507 教室	2	瑜伽不仅是一种锻炼身体的运动，更是一种蕴含智慧的哲学体系与生活方式。本课程带领学员掌握瑜伽的基本动作要领，以及调身、调息、调心的核心方法，帮助建立健康、平衡的生活节奏，在身心合一中感受宁静与活力。	王伟	150
3	2026 级瑜伽中级班	30	周二下午	北楼 507 教室	2		陈延漪	150
4	2026 级流瑜伽班	30	周二上午	北楼 507 教室	2	流瑜伽（Flow Yoga），又称“流水瑜伽”，起源于 20 世纪末期的欧美，是当代极具代表性的瑜伽流派之一。它汲取传统哈他瑜伽的体式根基，融合阿斯汤加瑜伽的串联精髓，以“Vinyasa”（呼吸与动作的连贯配合）为核心，让每一个体式在流动中无缝衔接，如行云流水般一气呵成。本课程将引领学员在呼吸与动作的完美同步中，体验流畅运动带来的深层平衡与宁静。	韩晓燕	150

5	2026 级太极拳初级班	30	周三上午	北楼 507 教室	2	太极拳融合了易学阴阳五行、中医经络学说及古代导引吐纳术，是一种内外兼修、柔和缓慢、刚柔相济的传统拳术，尤为适合中老年人修身养性、强身健体。本课程系统教学，帮助学员掌握太极拳法要领，在传承中华优秀传统文化的同时，提升身心健康，丰富精神世界。	李凤霞	150
6	2026 级太极拳中级班	30	周三下午	北楼 507 教室	2		国玉玲	150
7	2026 级太极拳高级班	30	周五上午	北楼 507 教室	2		国玉玲	150
8	2026 级柔力球班	30	周五上午	北楼 607 教室	2	柔力球又称太极柔力球，是将传统太极拳的拳理、拳法与网球、羽毛球、武术等现代运动技术相融合的一项太极化球类运动。它把太极“和谐自然”的养生理念与现代竞技体育精神有机结合，动作圆润流畅、刚柔相济，特别适合中老年朋友强身健体、延年益寿。	范金玲	150

◎ 四、报名缴费时间

2026 年 7 月 20 日（星期一）9:00—7 月 24 日（星期五）16:30。

◎ 五、报名方式

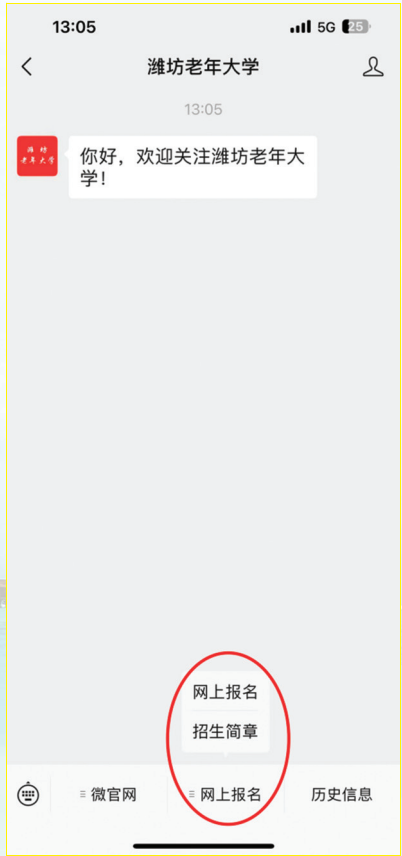
学员可以通过微信公众号、微信小程序、电脑网页端（http://www.wflndx.net/）三种方式中的任何一种进行网上报名缴费。

欢迎您浏览本流程，本流程旨在帮助学员更好地了解、操作报名平台的方法与步骤，流程中所用的学期、系、课程、班级、时间、教师、学费等均为虚拟非正式数据，报名时请您根据本流程步骤操作并参照学校发布的招生信息进行选班。

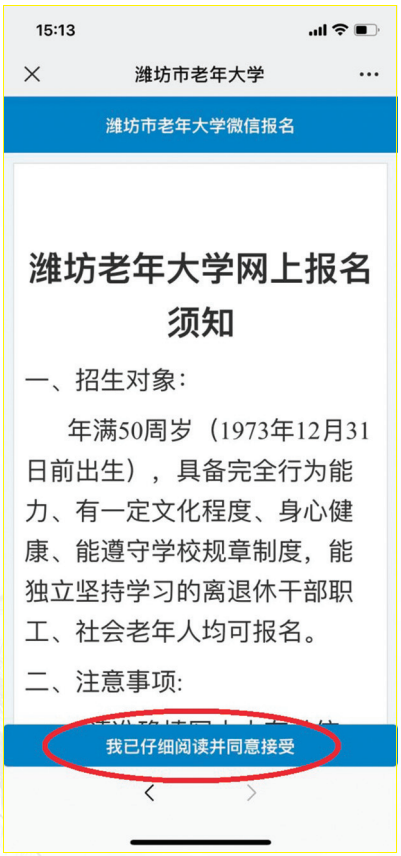
报名缴费流程

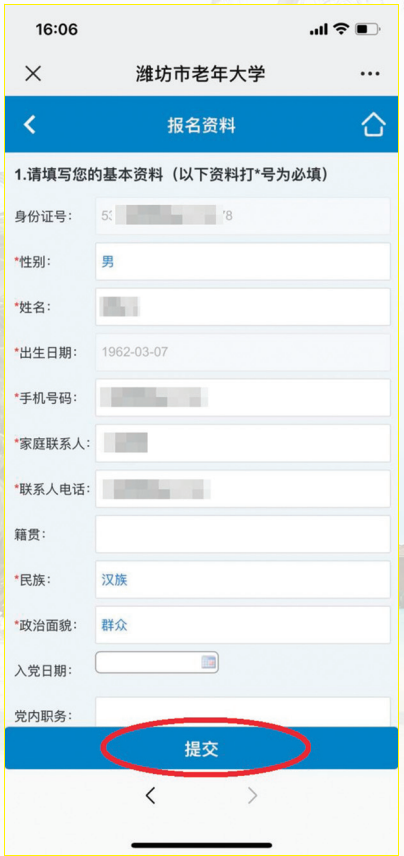
◎微信公众号

第一步：请关注“潍坊老年大学”微信公众号，打开公众号，点击下方【网上报名】–【网上报名】。



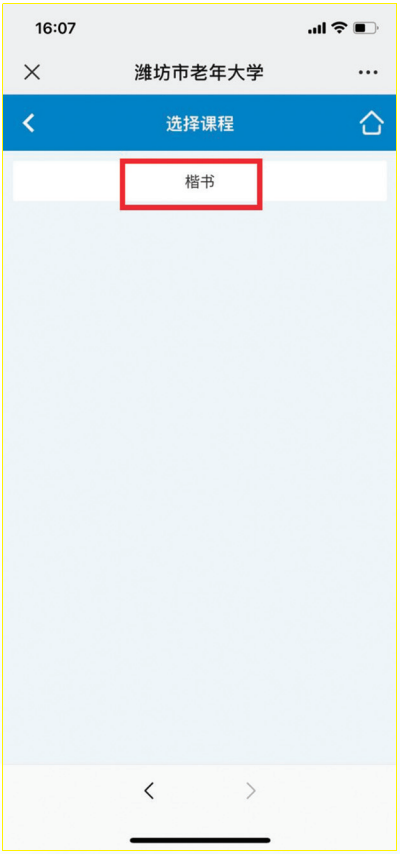
第二步：报名自助平台，点击页面上的【我要报名】，仔细阅读网上报名须知，阅读完成后，请点击页面底部的【我已仔细阅读并同意接受】。





第三步：在登陆窗口中输入您的身份证号、姓名，然后点击【立即登录】按钮；进入个人资料页面，填写并核对您的个人信息，确认无误请点击【提交】按钮。

第四步：选择您想要报名的系和课程

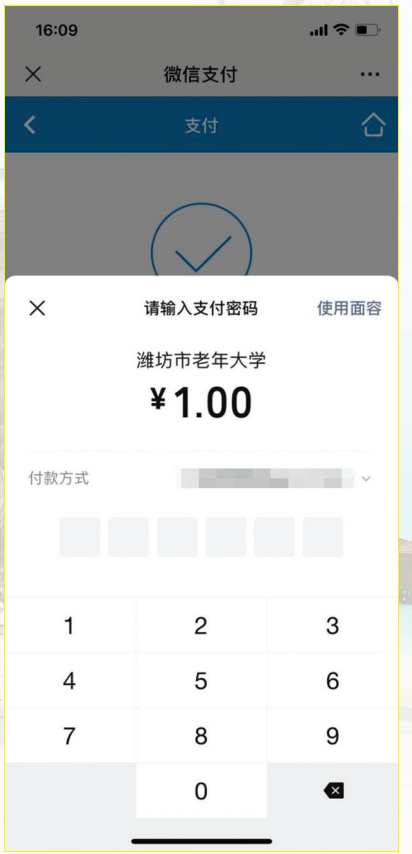


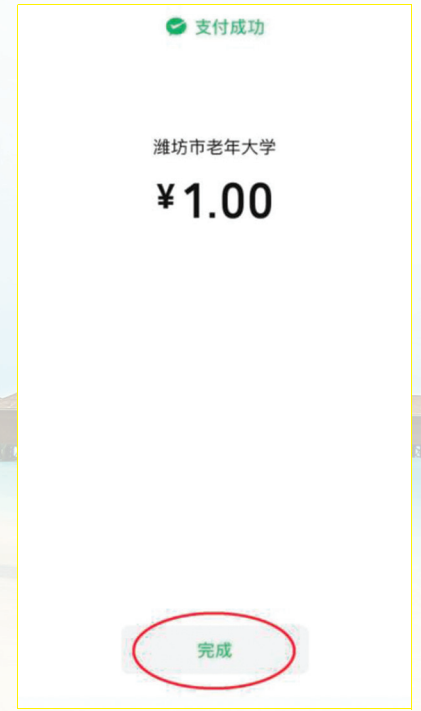
第五步：进入选班页面，确认选班请点击【选择】；弹出是否确认报名该班级的提示，请点击【确定】。

←第六步：若选班不成功，会提示原因；若成功，请点击下方的【跳转缴费页面】。

→第七步：进入待缴费列表，您可以点击【退班】取消该班级报名；也可以点击【继续选择班级】报名其他班级；确定报名，则勾选该班级，再点击【微信缴费】。（备注：请在提示的时间内完成缴费，逾期将会被清理）

第八步：在支付窗口中输入您的支付密码，支付成功，点击【完成】即可关闭此页面。





第九步：若想查询您的报班情况，重新进入【学员自助平台】，点击【我要查询】；输入您的身份证号码，再点击【查询已报班级】；若班级状态显示为“已缴费”则表示您已成功报名该班级，点击【领取入学通知书】，即可查看、下载入学通知书；若班级状态显示为“未缴费”，则表示您还未交费，请及时缴费。

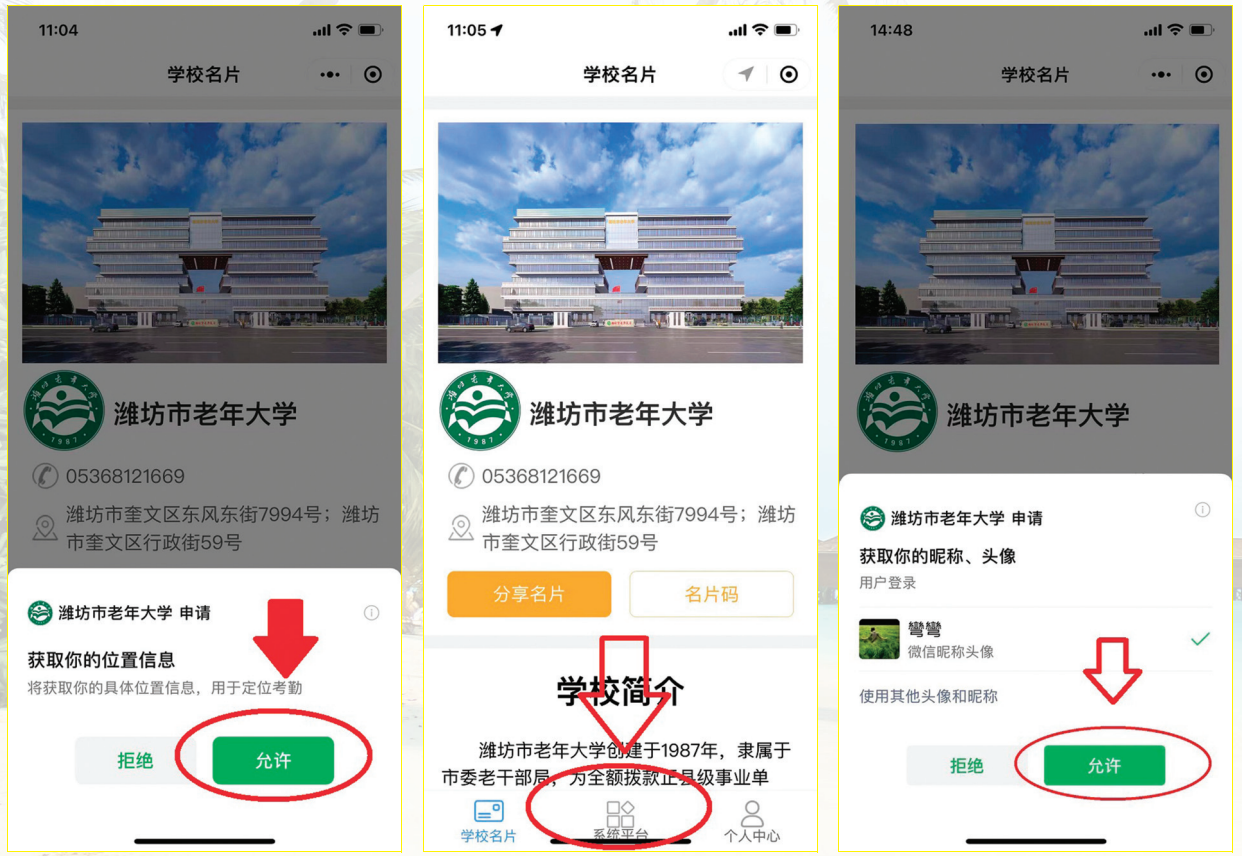
◎小程序

第一步：登入小程序

1、在微信中搜索【潍坊市老年大学】小程序，点击进入；

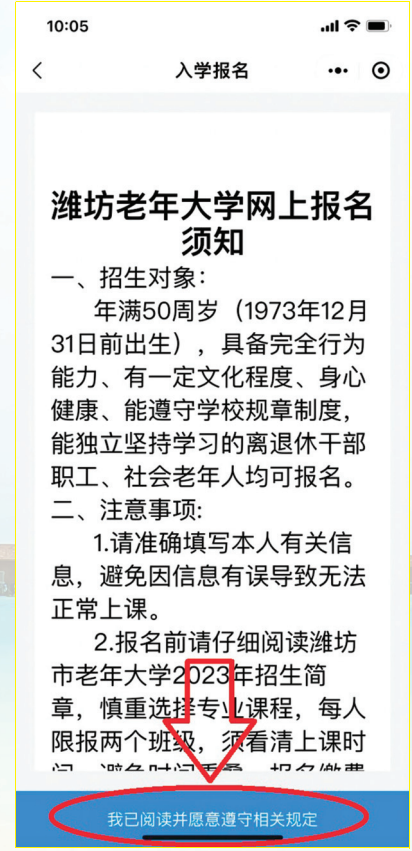
2、扫描学校小程序二维码。

第二步：进入“潍坊老年大学”小程序页面，点击下方的“系统平台”板块。学员首次进入，系统需要您的授权，请点击“允许”。



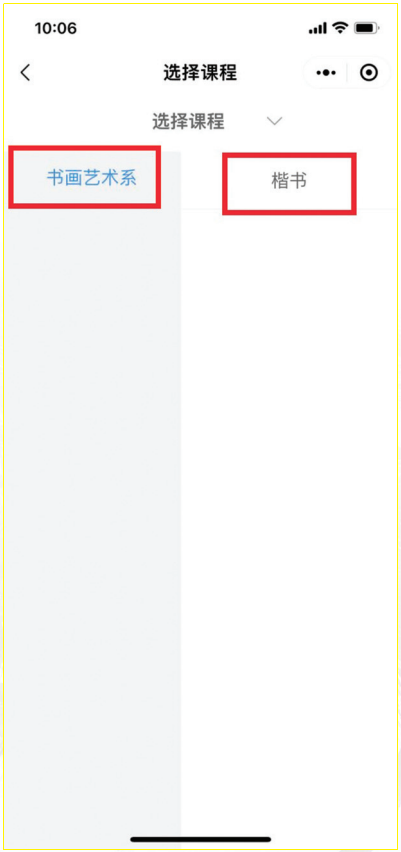
←第三步：进入“系统平台”页面，点击“我要报名”菜单。

→第四步：输入学员正确的身份证号、姓名后点击“登录”按钮。



←第五步：认真阅读《报名须知》，然后点击页面底部的“我已阅读并愿意遵守相关规定”按钮。

→第六步：请依次填写您的基本资料、联系方式等（带 * 号的为必填），填写完成后点击“提交”按钮。



←第七步：选择系，然后选择课程，进入下一步。

→第八步：在班级页面点击班级后方的“选择”，选择您想要报名的班级。

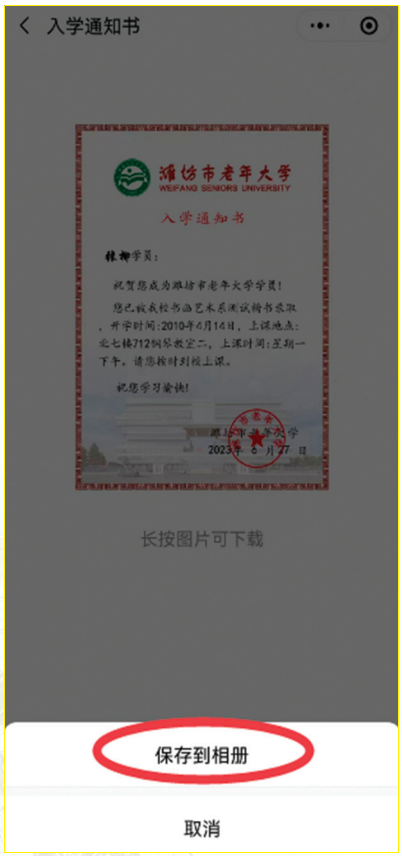
←第九步：选班成功，点击下方的“前去缴费”按钮。

→第十步：进入缴费班级页面，您可以点击“退班”按钮取消该班级报名；也可以点击“继续选择班级”继续报名其他班级；确定选择班级后，点击已选班级左上方的灰色方框，勾选需要缴费的班级，点击下方的“微信缴费”。（备注：请在提示的时间内完成缴费，逾期将会被清理）

←第十一步：在支付窗口输入您的支付密码。

→第十二步：支付成功后，点击页面上的“完成”按钮完成报名。

第十三步：报名成功后，您可以查看您的已报班级，请在系统平台首页，点击页面上的“已报班级”；进入已报班级页面，若班级状态显示为“已缴费”则表示您已成功报名该班级，点击【领取入学通知书】，即可查看、下载入学通知书；若班级状态显示为“未缴费”，则表示您还未交费，请及时缴费；退出请点击右上方的“小圆圈”。

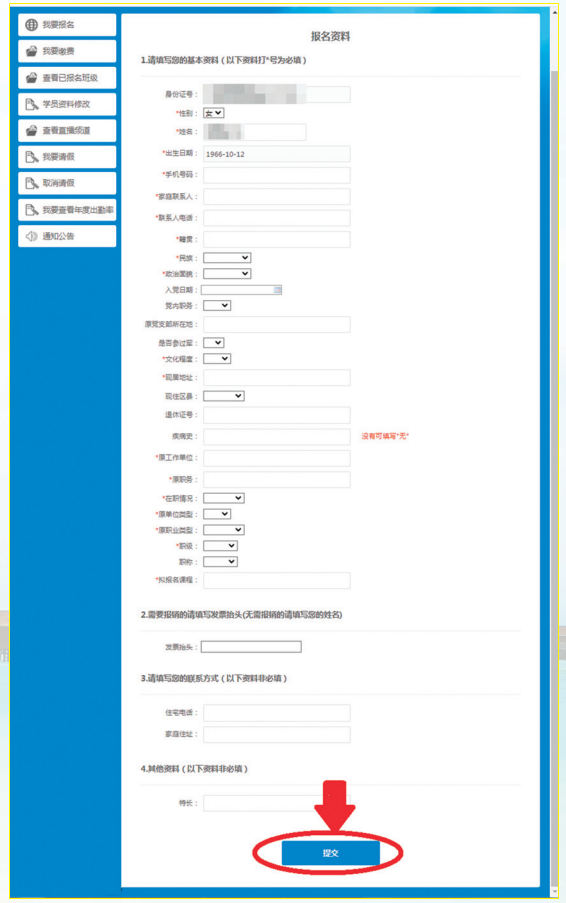


◎PC 电脑端

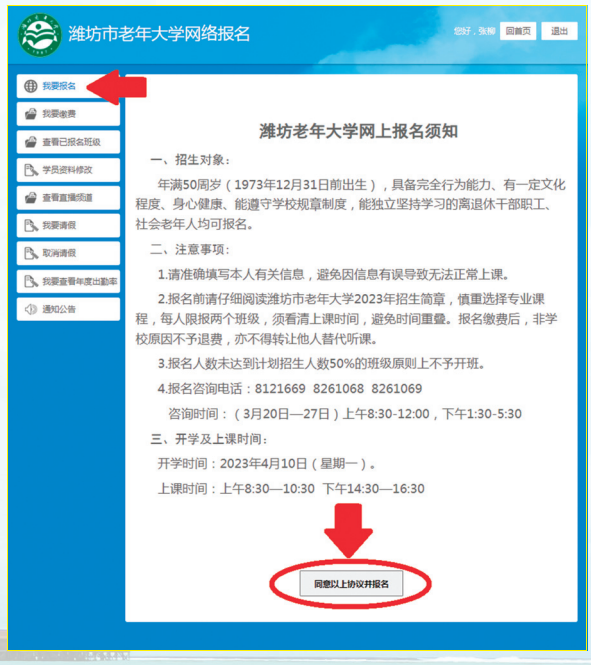
第一步：在电脑网页搜索框内输入 http://www.wflndx.net/，点击【开始报名】。

第二步：输入学员正确的身份证号、姓名后点击“登录”按钮。

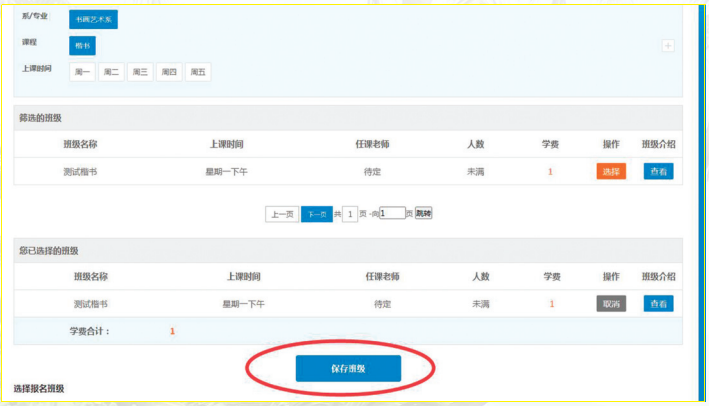
第三步：填写学员个人资料，带 * 号为必填项目。学员个人资料必须真实，填写完毕后点击页面下方的“提交”按钮。



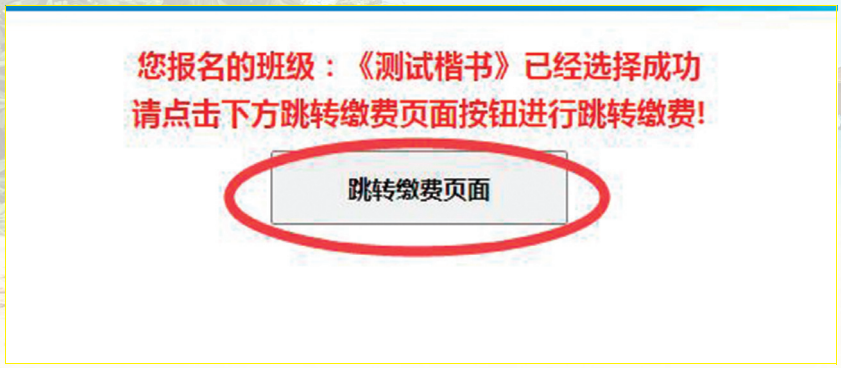
第四步：点击 " 我要报名 " 按钮，仔细查看《报名须知》后，点击下方的“同意以上协议并报名”。



第五步：选择班级：可以在系专业，课程，上课时间等条件中过滤；也可直接在右上方输入班级名称后点击后面的放大镜进行查询过滤；然后再点击班级列表后方的“选择”按钮来选择报名班级。如果选择错误可以在下方已选择的班级列表里点击相应班级后方的“取消”按钮来取消该班级。确定报名则点击“保存班级”按钮。



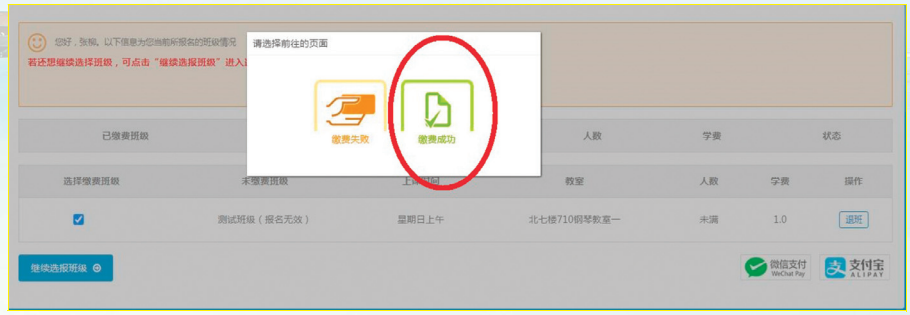
第六步：订单生成中，如不成功会告知您原因，如成功请点击“跳转缴费页面”。



第七步：您可以点击“退班”按钮取消该班级报名；也可以点击“继续选择班级”继续报名其他班级；确定选择班级后，点击已选班级前方方框，勾选需要缴费的班级，点击您选择的支付方式，进入下一步”。

第八步：弹出收费二维码，请核对报名班级和缴费金额，确认无误请用手机扫码进行支付。

第九步：付款成功后，弹出缴款回执的页面，点击“缴费成功”。



第十步：返回报名系统，点击左侧【查看已报名班级】，若班级状态显示为“已缴费”则表示您已成功报名该班级，点击【下载】领取入学通知书；若班级状态显示为“未缴费”，则表示您还未交费，请及时缴费。退出请点击右上方的“退出”按钮。

◎ 六、退费方式及流程

缴费前请慎重考虑。缴费后无特殊原因概不退费、不调班、不延期，不允许串班上课，不准他人替代听课。符合《潍坊市老年大学学员学费退费管理规定》特殊退学退费情形的，请于 9 月 1 日 9:00—9 月 11 日 17：00 期间，前往各系系主任处填写退学退费申请单，后续将集中办理退费，过期不予办理。退费工作将于 12 月底前完成。

◎ 七、开学及上课时间

开学时间：

2026 年 9 月 1 日（星期二）起，各班具体上课时间以报名系统为准。

上课时间：

上午 8:30—10:30；下午 14:30—16:30（周六、周日及国家法定节假日不安排上课）

◎ 八、温馨提示

1.请准确填写本人有关信息，避免因信息有误导致无法正常上课。

2.报名人员需具有所报课程相对应的专业基础，请根据自己的身体条件、时间安排和学业水平等具体情况慎重考虑选择专业课程，每人限报 3 个班级（非遗传承系专业除外），须看清上课时间，避免时间重叠。

3.报名成功后，请在规定时间 6 小时内完成缴费。未及时缴费的学员，系统将自动清退，清退名额将释放到原班级，报名学员可及时刷新系统进行报名。

4.网上报名前请仔细阅读“报名须知”，勾选后将视为签订《个人安全承诺书》。全体学员必须严格遵守《个人安全承诺书》有关规定，对个人安全负责。学员上下课途中及上课期间由自身原因导致的安全问题由本人负责。

5.学员需遵守学校规章制度，服从学校管理，配合做好相关工作。不满足报名条件的，学校有权劝退。

6.学校可根据实际情况对课程进行调整或取消，请予以理解和支持。

7.学员请假或旷课视为自愿放弃当次课程，不组织补课。

8.如需领取学费票据，请于 9 月 15 日后到校登记领取电子学费票据。

9.因咨询报名人员众多，如有占线忙线，请耐心等待。

咨询电话：8261069、8121669、8261068

咨询地址：潍坊市奎文区东风东街 7994 号（东风东街与文化路交叉口东南角）

名　称	联系方式	办公地点
教务科	8121669 8261069 8261068	东区八楼 806 房间
语言文学系	8261067	东区六楼 605 房间
生活艺术系		
健康养生系	8261062	东区四楼 405 房间
智能应用系		
声乐戏曲系	8261035	西区八楼 811 房间
器乐演奏系		
舞蹈表演系	8261036	西区五楼 511 房间
体育健身系		
书画艺术系	8261028	西区二楼 209 房间
非遗传承系		

请关注公众号

潍坊市老年大学

地址：潍坊市奎文区东风东街7994号
（东风街与文化路交叉路口东南角）

电话：8261068　8261069　8121669

网址：http://www.wflndx.net/