辽社指[2021]24号

**关于通过“老年大学专区”**

**向老年人提供学习服务的通知**

各市、县社区教育指导中心，各市、县开放大学，各老年教育机构：

为贯彻党中央、国务院关于老龄工作决策部署，积极应对辽宁人口老龄化严重形势，辽宁开放大学与中国广电辽宁公司共同合作开办了“老年大学专区”。现将通过“老年大学专区”向老年人提供学习服务的有关事宜通知如下。

一、“老年大学专区”简介

“老年大学专区”是国家开放大学与中国广电集团签约战略合作的首个试点项目，由辽宁开放大学与中国广电辽宁公司共同创办并运营管理。“老年大学专区”利用有线数字电视高清互动平台、北方云手机客户端、北方导视频道、移动公交等渠道，通过点播、轮播和直播的方式，面向广大社区、农村、城镇基层老年人免费提供在线学习和授课服务，探索“康养学游”老年教育新模式，使辽宁省内老年人足不出户就能享用优质的学习资源，从而实现更具自由度和个性化的学习体验。

二、“老年大学专区”课程学习资源

“老年大学专区”现免费提供智慧助老、养生保健、国学文化、综合素养、隔代教育、绘画书法、声乐舞蹈、生活休闲等八大类共127门课程学习资源，具体见附件1。

三、“老年大学专区”数字电视互动点播使用方法

“老年大学专区”现通过中国广电辽宁公司有线电视网络，向广大老年学员提供全面的线上授课服务，具体使用方法见附件2。

四、相关要求

为更大程度地发挥“老年大学专区”在构建服务全民终身学习体系中的作用，落实“增长知识、丰富生活、陶冶情操、促进健康、服务社会”的老年教育办学宗旨，各单位要积极做好“老年大学专区”在本区域内宣传推广及支持服务工作，具体包括：

（一）面向本区域内社区居民及本单位老年学员积极宣传推广“老年大学专区”；

（二）掌握“老年大学专区”数字电视互动点播使用方法，针对本区域内社区居民及本单位老年学员在收看“老年大学专区”过程中出现的问题提供咨询服务；

（三）各单位要紧密结合“老年大学专区”与“辽宁终身学习网”开展老年教学工作，积极探索互联网、有线数字大屏和线下教学相融合的一体化老年教育教学新模式，辽宁开放大学（辽宁省社区教育指导中心）将对优秀教学典型案例在省内进行报道并推广；

（四）为促进“老年大学专区”课程资源更新，体现辽宁老年教育本地特色，各单位可在“老年大学专区”播出的课程类别范围内，向辽宁省社区教育指导中心推荐本区域相关课程资源，选用后可在辽宁有线电视“老年大学专区”播出。

辽宁开放大学（辽宁省社区教育指导中心）联系人：

韩旭东 18040051667

高 磊 13125427727

有线电视服务电话：96195

附件：1.“老年大学专区”课程学习资源目录

2.“老年大学专区”数字电视互动点播使用方法

辽宁省社区教育指导中心

2021年10月29日

抄报：辽宁省教育厅、国家开放大学

辽宁省社区教育指导中心办公室 2021年10月29日印发

附件1：

“老年大学专区”课程学习资源目录

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **栏目分类** | **课程名称** | **课程节数** | **课程时长** |
| 养生保健 | 中华通络操 | (3) | 00:47:56 |
| 养生保健 | 二十四式太极拳 | (7) | 01:34:14 |
| 养生保健 | 失能老人的家庭照护 | (5) | 00:17:25 |
| 养生保健 | 食出健康 | (12) | 06:28:22 |
| 养生保健 | 老年人用药安全 | (4) | 00:14:59 |
| 养生保健 | 中医药和老年健康 | (4) | 00:13:32 |
| 养生保健 | 老年人营养配餐 | (3) | 01:14:26 |
| 养生保健 | 老年疾病预防与照护 | (10) | 01:00:49 |
| 养生保健 | 耳穴保健按摩及耳体穴位保健操 | (10) | 01:23:25 |
| 养生保健 | 刮痧养生保健 | (12) | 01:16:29 |
| 养生保健 | 家庭急救 | (5) | 01:03:46 |
| 养生保健 | 老年人营养餐制作 | (15) | 04:43:37 |
| 养生保健 | 足部反射区健康法讲座 | (6) | 02:28:58 |
| 养生保健 | 健康大讲堂 | (20) | 01:18:18 |
| 养生保健 | 老年人心理健康 | (4) | 00:13:11 |
| 养生保健 | 老年人传染病预防 | (4) | 00:14:38 |
| 养生保健 | 老年人艾滋病防控 | (3) | 00:10:56 |
| 养生保健 | 老年人膳食营养 | (10) | 00:31:54 |
| 养生保健 | 认识老年综合症 | (7) | 00:21:30 |
| 养生保健 | 健身气功五禽戏 | (11) | 00:47:52 |
| 养生保健 | 痴呆老人的识别与照护 | (8) | 00:28:31 |
| 智慧助老 | 数字技术应用与老年健康 | (3) | 00:08:49 |
| 智慧助老 | 手机听书 | (4) | 00:09:04 |
| 智慧助老 | 手机导航技巧 | (5) | 00:08:16 |
| 智慧助老 | 老年人学平板电脑（安卓） | (25) | 00:52:54 |
| 智慧助老 | 老人学电脑（入门级） | (20) | 01:33:17 |
| 智慧助老 | 老年人学手机APP（二） | (47) | 01:23:42 |
| 智慧助老 | 互联网应用——从学会到用好 | (21) | 01:24:49 |
| 智慧助老 | 微信使用小技巧 | (21) | 00:35:17 |
| 智慧助老 | 老年人学手机APP（一） | (42) | 01:17:34 |
| 综合素养 | 宪法和宪法宣誓制度 | (4) | 01:39:14 |
| 综合素养 | “传统经典与时代文明”系列之老年人礼仪 | (4) | 00:20:54 |
| 综合素养 | “传统经典与时代文明”系列之新时代老人，与文明同行 | (4) | 00:15:45 |
| 综合素养 | 劳动者应当知道的《劳动法》的十个问题 | (2) | 01:07:01 |
| 综合素养 | 公众生命教育 | (5) | 00:16:38 |
| 综合素养 | 中华人民共和国反家庭暴力法 | (3) | 01:46:31 |
| 综合素养 | 银龄乐学法律小课堂 | (10) | 00:58:21 |
| 综合素养 | 做人、做事、做学问——新凤霞 | (2) | 00:49:12 |
| 言传身教 | 父母上岗证\_陪伴 | (5) | 00:33:21 |
| 言传身教 | 父母上岗证\_蹲下来的世界 | (5) | 00:30:16 |
| 言传身教 | 父母上岗证\_起跑前的倒计时—入园准备 | (5) | 01:19:40 |
| 言传身教 | 育孙宝典系列课 | (100) | 04:09:39 |
| 言传身教 | 《论语》中的朋友之道 | (10) | 04:06:01 |
| 言传身教 | 社会交往之道 | (1) | 00:24:35 |
| 言传身教 | 父母上岗证\_熊孩子大招 | (5) | 00:45:07 |
| 言传身教 | 父母上岗证\_隔代教育之“三明治”现象 | (4) | 00:39:39 |
| 言传身教 | 父母上岗证\_情商“充电宝” | (5) | 00:33:20 |
| 国学文化 | 古代的礼制和宗法 | (2) | 00:49:29 |
| 国学文化 | 古代的衣食住行 | (8) | 03:17:58 |
| 国学文化 | 金石书画漫谈 | (2) | 01:37:00 |
| 国学文化 | 宗教和宗教研究 | (2) | 01:36:48 |
| 国学文化 | 四书五经精讲 | (1) | 00:25:00 |
| 国学文化 | 学点音韵学 | (4) | 01:39:06 |
| 国学文化 | 中国哲学发展的六个阶段 | (2) | 01:22:39 |
| 国学文化 | 职官与科举 | (7) | 02:51:35 |
| 国学文化 | 中国古代服饰赏析 | (2) | 01:22:39 |
| 国学文化 | 汉代穿越指南 | (5) | 00:16:02 |
| 国学文化 | 历代行政区划略说 | (2) | 01:37:20 |
| 国学文化 | 中国古代文化名家谈 | (5) | 04:13:37 |
| 国学文化 | 古代目录学简述 | (2) | 00:49:32 |
| 国学文化 | 古代汉语天文学知识 | (3) | 02:24:54 |
| 绘画书法 | 老年篆刻-印章篆刻的基本知识 | (9) | 01:09:44 |
| 绘画书法 | 中国传统水墨画艺术-书法 | (30) | 05:02:31 |
| 绘画书法 | 书法审美与基本技法-永字八法 | (8) | 01:27:14 |
| 绘画书法 | 书法审美与基本技法-楷书内在审美规律 | (8) | 01:27:30 |
| 绘画书法 | 古典书法教学：李斯《峄山碑》 | (17) | 00:28:13 |
| 绘画书法 | 中国传统水墨画艺术-篆刻 | (11) | 01:47:58 |
| 绘画书法 | 小写意花鸟画（一） | (10) | 01:39:57 |
| 绘画书法 | 书法审美与基本技法-偏旁部首 | (16) | 02:44:48 |
| 绘画书法 | 老年篆刻-边款 | (3) | 00:24:52 |
| 绘画书法 | 水彩画 | (12) | 01:16:27 |
| 绘画书法 | 书法审美与基本技法—主笔和“三宁三勿” | (8) | 01:22:16 |
| 绘画书法 | 老年篆刻-篆刻用具及刻法 | (4) | 00:27:27 |
| 绘画书法 | 楷书四大家-颜真卿 | (14) | 05:46:15 |
| 绘画书法 | 欧阳询《九成宫醴泉铭》视频课程全集 | (104) | 10:01:43 |
| 绘画书法 | 中国传统水墨画艺术-水墨画 | (66) | 07:49:45 |
| 绘画书法 | 行书四大家-米芾 | (14) | 05:46:09 |
| 绘画书法 | 行书四大家-苏轼 | (14) | 05:46:04 |
| 绘画书法 | 小写意花鸟画（二） | (31) | 04:59:59 |
| 绘画书法 | 书法初级课程《笔法》 | (50) | 20:34:37 |
| 绘画书法 | 行书四大家-王铎 | (14) | 05:46:16 |
| 绘画书法 | 行书四大家-王羲之 | (14) | 05:46:04 |
| 绘画书法 | 楷书四大家-柳公权 | (14) | 05:46:09 |
| 音乐舞蹈 | 京剧表演艺术之美（一） | (6) | 02:27:34 |
| 音乐舞蹈 | 民谣吉他快速入门 | (13) | 00:43:31 |
| 音乐舞蹈 | 拉丁舞初级教学 | (7) | 01:46:53 |
| 音乐舞蹈 | 谷磬基础教学课程 | (7) | 01:14:53 |
| 音乐舞蹈 | 京剧演唱之美 | (4) | 01:40:02 |
| 音乐舞蹈 | 葫芦丝零基础入门系统教程 | (13) | 03:37:20 |
| 音乐舞蹈 | 吉他自学教程第二季 | (5) | 00:56:24 |
| 音乐舞蹈 | 二胡教学初级教程 | (14) | 01:04:01 |
| 音乐舞蹈 | 吉他自学教程第一季 | (6) | 00:58:37 |
| 音乐舞蹈 | 健身广场舞 | (17) | 07:00:44 |
| 音乐舞蹈 | 每日学唱歌 | (38) | 02:16:02 |
| 音乐舞蹈 | 学歌唱速成 | (72) | 04:50:06 |
| 音乐舞蹈 | 形体梳理 | (14) | 01:21:54 |
| 音乐舞蹈 | 古筝入门教程 | (6) | 00:30:55 |
| 音乐舞蹈 | 钢琴演奏基础 | (12) | 02:30:15 |
| 音乐舞蹈 | 古筝零基础入门课 | (6) | 00:25:12 |
| 音乐舞蹈 | 二胡微课堂 | (6) | 00:54:18 |
| 音乐舞蹈 | 从零起步学二胡 | (12) | 02:34:12 |
| 音乐舞蹈 | 体育舞蹈与文化 | (50) | 07:54:26 |
| 音乐舞蹈 | 吉他弹唱教学（第二季） | (8) | 01:49:16 |
| 音乐舞蹈 | 吉他弹唱教学（第一季） | (12) | 02:29:16 |
| 音乐舞蹈 | 学唱歌初级技巧 | (22) | 01:31:42 |
| 音乐舞蹈 | 中国古代舞蹈史 | (16) | 04:49:47 |
| 生活休闲 | 常见的洗涤及去渍方法 | (3) | 01:07:07 |
| 生活休闲 | 动静物拍摄技巧 | (4) | 00:46:03 |
| 生活休闲 | 把人像拍得更美 | (8) | 01:17:25 |
| 生活休闲 | 弄点吃的 | (24) | 01:21:38 |
| 生活休闲 | 摄影的色彩王国 | (7) | 01:25:49 |
| 生活休闲 | 衣物洗涤和熨烫收藏 | (7) | 02:49:43 |
| 生活休闲 | 家常菜肴制作 | (12) | 01:21:31 |
| 生活休闲 | 生态摄影鸟类 | (16) | 01:40:39 |
| 生活休闲 | 摄影与夜色 | (2) | 00:23:19 |
| 生活休闲 | 安全与卫生常识 | (2) | 00:44:05 |
| 生活休闲 | 辽北民间竞技 | (3) | 00:08:53 |
| 生活休闲 | 仙人洞 | (7) | 00:28:34 |
| 生活休闲 | 摄影小知识 | (3) | 00:19:24 |
| 生活休闲 | 家居保洁小窍门 | (4) | 00:48:30 |
| 生活休闲 | 民间歌舞集 | (2) | 00:07:15 |
| 生活休闲 | 摄影构图 | (22) | 03:41:39 |
| 生活休闲 | 游学好去处 | (94) | 05:19:52 |
| 生活休闲 | 摄影：光的运用 | (2) | 00:19:43 |
| 生活休闲 | 家庭适老化改造 | (6) | 00:26:23 |
| 生活休闲 | 剪纸 | (4) | 01:57:52 |
| 生活休闲 | 电器使用和日常维护 | (1) | 00:48:33 |

附件2：

“老年大学专区”数字电视互动点播使用方法













