



中華女子學院

2012-2013 学年第二学期 选 课 手 册

教 务 处

通识教育管理中心

2013 年 1 月

关于 2012—2013 学年第二学期全校性公共选修课

选课事宜的通知

2012—2013 学年第二学期拟开课 60 门全校性公共选修课程（4 门课程分别开设 2 个班），其中：素质教育通识课 43 门、其它类公共选修课 17 门，详见《2012-2013 学年第二学期公共选修课情况一览表》。现将有关事项通知如下：

一、各专业公共选修课学分要求

根据《2008 年本科专业培养方案》的要求，学生需要从人文、社科、理工、艺术、礼仪与修养五大类课程中修满 6—8 学分方可毕业。各专业素质教育通识任选课学分要求如下：

序号	院系	专业	学分数
1	性别与社会发展学院	女性学	8
		社会工作	8
		社会学	8
2	法学院	法学	8
3	管理学院	会计学	8
		财务管理	8
		审计学	8
		人力资源管理	8
		旅游管理	8
		市场营销	8
4	儿童发展与教育学院	学前教育	6
		应用心理学	6
5	艺术学院	艺术设计	6
		文化产业管理	6
		播音与主持艺术	8
6	计算机系	计算机科学与技术	8
7	外语系	英语	6
8	金融系	金融学	6
9	对外汉语系	对外汉语	10

二、选课对象及要求

本次学生网上选课的对象为 2009 级、2010 级、2011 级本科学生以及 2010 级、2011 级高职学生。学生最多只能选修 2 门课程，不超过 4 个学分。

三、学生选课说明

1、登录

输入学号、密码登录教务管理系统；点击“学生选课”进入选课页面。

2、查看选课信息

选课页面如下图所示：

2012春选课

选课提示	
本次选课	预选阶段 当前选课状态: 开启 开始时间: 2012-02-06 00:00 结束时间: 2012-05-25 23:59 允许跨校区选课
选课人	学号: 姓名: 班级:
选课学分、门数限制	考试性质: 全部 选课属性: 全部 <= 24.0 学分 考试性质: 全部 选课属性: 全部 <= 12 门
	考试性质: 全部 选课属性: 限选 <= 8.0 学分 考试性质: 全部 选课属性: 限选 <= 4 门
	考试性质: 正常考试 选课属性: 全部 <= 22.0 学分 考试性质: 正常考试 选课属性: 全部 <= 8 门
	考试性质: 正常考试 选课属性: 必修 <= 16.0 学分 考试性质: 正常考试 选课属性: 必修 <= 2 门
已选课程	考试性质: 正常考试 选课属性: 任选 <= 5.0 学分 考试性质: 正常考试 选课属性: 任选 <= 3 门
	必修 已选学分 0.0 必修 已选门数 0
	限选 已选学分 0.0 限选 已选门数 0
选课控制说明	任选 已选学分 0.0 任选 已选门数 0
	必修: 必修选课说明, 按照教学计划选择, 所有的必修课程 限选: 限选选课说明, 按照教学计划选择所有有限选课本学期开课的课程 任选: 2010、2011级4年制学生任选课只要求修10个学分, 2010、2011级5年制学生任选课只要求修12学分。每学期只能能选上2个学分, 5-6个学期就能修完任选课学分。任选课程学校每学期都会滚动开出。所以请2010、2011级不要急于集中在一个学期修完任选课。

查看选课说明

必修选课 限选选课 任选选课 已选课程 选课提示 查看教学计划

图 1 学生选课页面

(1)、查看选课提示

学生选课页面上方显示选课提示，包括当前选课阶段；选课人；选课时间；选课学分、门数限制；已选课程和选课控制说明等信息。

(2)、查看选课说明、学生个人教学计划

点击页面上的“查看选课说明”按钮，可以查看选课说明, 提供下载功能。

点击页面上的“查看教学计划”按钮，可以查看学生本人的个人教学计划。

点击页面上的“选课提示”按钮，查看选课提示信息。

3、选任选课

➤ 点击页面上的“任选选课”按钮，页面显示如下图所示：

点击页面上的“**已选课程**”按钮，显示已选课程列表，包括已选课程信息：课程号、课序号、课程名称、学分、选课属性、开课院系、课程班校区、任课教师等。

已选课程											
课程号	课序号	课程名称	学分	选课属性	开课院系	课程班校区	课容量	选课人数	课程考核方式	任课教师	
08010101	4	机械制图	1.0	任选	机械与控制工程学院	南校区	61	1	实习考核	陈文	退课
08010101	1	机械制图	1.0	任选	环境科学与工程学院	南校区	61	1	实践课考核	陈文	退课
08010101	1	机械制图	2.0	任选	环境科学与工程学院	南校区	61	1	实习考核	陈文	退课
08010101	1	机械制图	3.0	任选	环境科学与工程学院	南校区	61	1	考试	陈文	退课
08010101	1	机械制图	2.5	任选	环境科学与工程学院	南校区	61	1	考试	陈文	退课
08010101	1	机械制图	2.0	任选	环境科学与工程学院	南校区	61	1	考查	陈文	退课
08010101	1	机械制图	5.0	任选	环境科学与工程学院	南校区	61	1	考试	陈文	退课
08010101	1	机械制图	2.0	任选	环境科学与工程学院	南校区	61	1	实践课考核	陈文	退课
08010101	1	机械制图	2.0	任选	环境科学与工程学院	南校区	61	1	考查	陈文	退课
快速选课											
请输入课程号		请输入课序号		选课	全校开课查询						
必修选课		限选选课		任选选课	已选课程	选课提示		查看教学计划			

图 4 快速选课

已选课程列表下方提供通过输入课程号和课序号快速选课的功能。

如果知道待选课程的课程号、课序号，就可以直接输入这些信息来选课。

在已选课程列表下的“快速选课：请输入课程号和课序号”下，输入课程号、课序号，点击“**选课**”按钮即可完成选课。选课后，课程出现在已选课程列表中。一般使用这种方法来选择个人教学计划和任选课以外的课程。

点击“**全校开课查询**”按钮，查询全校开课信息。

 注意事项

- 为了提高选课效率，请保证输入正确的课程号、课序号。
- a) 课程号：输入信息必须与开课信息一致，不能有多余的空格。

b) 课序号：输入信息必须与开课信息一致，小写半角阿拉伯数字，不能有多余的空格。

5、退选课程

在选课时间内，学生如果需要退选课程时，点击已选课程列表中的“**退课**”按钮，即可删除已选课程。

6、说明

1. 为提高选课速度，设置了学生在线人数和选课时间，故选课前必须作好准备。
2. 点击选课页面上的“查看教学计划”按钮， 可以查看个人教学计划，请对照本学期个人教学计划中规定的课程和要求进行选课。
3. 可以通过开课院系和课程号查询“课程列表”，“课程列表”中将显示本学期的开课信息。
4. 选课后，所有在“个人教学计划”以外的课程，系统将作为任选课处理，显示在“已选课程”列表中。
5. 已选课程列表中的“课程属性”是和个人教学计划中的课程属性是一致的，“课程列表”中的课程属性只作参考，可以选择“课程列表”里的必修班，作为自己的限选课或任选课。
6. 当设置了多个课程班合并显示时，必修、限选待选课程列表中同一课程多个课程班将合并显示为一条，学生点击该课程所在行的“展开”按钮，页面将展开显示该课程的所有课程班，学生选择某一课程班进行选课。任选课不合并显示。

注意事项

-
- ① 选课建议用 IE 浏览器，版本在 6.0 以上。
 - ② 选课过程中，不要同时打开两个选课登陆页面。
-

四、选课时间安排

1、阶段一：预选阶段

时间：1 月 14 日（周一）12:00 时至 1 月 20 日（周日）24:00 时

由于本次公共选修课将采用抽签的方式确定选课名单，因此预选阶段选课先后顺序与系统抽签结果无关。同学们在预选阶段将不限课容量进行选课，预选阶段结束后，1 月 21 日（周一）上午利用系统进行随机抽签，系统将自动删除未被抽中的学生名单，因此请同学们务必在 1 月 20 日（周日）晚 24:00 时之前参加预选。系统抽签与预选阶段选课先后顺序无关，请同学们合理安排选课方式与时间。

2、阶段二：正选阶段

时间：1月21日（周一）14:00时至1月27日（周日）24:00时

本阶段为随机抽签，未抽中者系统将自动删除选课记录。1月21日上午8:00时将进行系统抽签。抽签结束后，下午14:00时请选课学生登录教务系统查看是否成功选课，如果落选需在1月27日晚24:00之前进行改选。

3、阶段三：补退选阶段

时间：3月11日（周一）8:00时至3月17日（周日）晚24:00时

补（退、改）选课阶段为先选先得，不再进行抽签。抽签未成功学生可在该阶段自行补选课容量未满的课程；公选课正式授课后，学生可试听课程，在课容量允许的前提下自行操作进行退（改）选课。

附：2012—2013 学年第二学期公共选修课选课手册

附：2012—2013 学年第二学期公共选修课选课情况一览表

教务处

2013年1月10日

目 录

一、礼仪与修养类课程.....	10
1、形象管理学.....	10
2、智慧人生——学会作知性高雅的女人.....	10
3、外国艺术歌曲赏析.....	10
4、古代小说赏析.....	11
5、含英咀华-中国古代诗歌体裁流变.....	11
6、歌剧、舞剧赏析.....	11
二、理工类课程.....	12
7、数学建模.....	12
三、人文类课程.....	13
8、红楼梦赏析.....	13
9、伦理学与生活.....	13
10、人类性学.....	13
11、英美诗歌欣赏.....	14
12、基础日语（一）.....	14
13、伦理与生活.....	14
14、西方文明史.....	15
15、西方哲学简史.....	15
16、中华文化传播和汉语国际推广.....	16
17、基础日语（二）.....	16
18、实用英语沟通技巧.....	16
19、《近思录》释读.....	17
20、德语与德国文化.....	17
21、汉字文化.....	17
22、莫言作品研究.....	18
23、儒家经典原著选读.....	18
24、基础日语口语.....	19

25、东西方的智慧：科学与文化.....	19
26、生命与休闲.....	19
27、语言与文化.....	20
四、社科类课程.....	20
28、女性健康与人生幸福.....	20
29、教育热点问题研究—政策分析视角.....	21
30、优生与遗传.....	21
31、婚姻家庭与两性沟通艺术.....	21
32、国际政坛杰出女性研究.....	22
33、家庭基础知识.....	22
34、国际商务谈判.....	22
35、微型银行管理.....	23
36、性别与婚姻家庭.....	23
37、身体、气质、生育与性别关系—两性研究专题.....	23
38、以案说法.....	24
39、文献检索与利用.....	24
40、管理学原理.....	25
41、管理哲学.....	25
42、女性·爱情·家庭——女性心理保健.....	26
43、生活中的金融法.....	26
五、其它类公共选修课.....	26
44、大学英语四级实用语法与词汇.....	26
45、图形图像处理.....	27
46、涉外旅游英语会话.....	27
47、奢侈品研究.....	27
48、信息技术与信息素养.....	28
49、劳动法与实践.....	28
50、现代法治影视评论.....	28
51、防卫控制与自护.....	29

52、佩剑.....	29
53、现代形体健美操.....	29
54、爵士舞、拉丁健美操.....	30
55、轮滑平地花式基础入门.....	30
56、莱美形体训练.....	30
57、器械健身健美.....	31
58、跆拳道.....	31
59、体育舞蹈.....	32
60、瑜伽.....	32

一、礼仪与修养类课程

1、形象管理学

任课教师：戴慧

通识课。礼仪与修养类课程。《形象管理学》是一门跨学科发展而来的学说，它融合了社会学、心理学、美学、文化研究、哲学及政治学等学问，是一门通过运用我们的知识、修养和努力来塑造和控制我们在社交过程中留给别人印象的战略和技巧的学科。本课程主要包括：学科导论、形象的价值、如何塑造和管理自己的个人形象。学生通过学习、观摩和实际演练，了解自己先天外在形象、心理倾向与社会需求以及国际惯例规则，掌握有关个人形象规划管理的基本原理、认知规律和方法，凌驾于时尚之上，自如地运用服饰、内在魅力和个人环境有效表达自己，并制造出个人的持久的良好印象和无可比拟的风格，进而有效地将个人的自信、尊严、能力和善意展示给人们。

2、智慧人生——学会作知性高雅的女人

任课教师：游涵

通识课。礼仪与修养类课程。本课程本着规范大学生品德修养为目的，由浅入深地探讨自尊、自信、自立、自强的女性美。针对现代社会普遍流行的畸形审美观与价值观，传递给女生以知性和高雅的健康姿态面对当下的学习环境及将来的社会环境。使同学们通过对自我成长经历的自省，觉察当下的言行状态，从而培养出感恩之心、理解之心、包容之心与自信之质。为她们在将来的两性关系、人际关系打下理性自律的心理基础，即使将来遇到风雨，这些美丽的花朵也仍旧会傲然绽放。

3、外国艺术歌曲赏析

任课教师：李之光

通识课。礼仪与修养类课程。歌曲体裁很多，“抒情歌曲”是其主打部分，而艺术歌曲和民族歌谣体歌曲又是“抒情歌曲”的主打部分，因此，认识了解世界经典艺术歌曲及民歌是我们走近认识高雅艺术不可缺的内容之一。内容有：

《小夜曲》、《摇篮曲》、《在路旁》、《山楂树》、《乘着歌声的翅膀》《小路》、《照镜子》、《我的太阳》、《美丽的西班牙女郎》、《喀秋莎》、《深深的海洋》、《含苞欲放的花》、《红莓花儿开》、《重归苏莲托》、《当我们还年轻》等。歌唱基础训练内容有：歌唱发声方法和基本技巧；歌唱的咬字、吐字和处理语言的方法；歌唱的表现和歌曲的处理。

4、古代小说赏析

任课教师：宋珂君

通识课。礼仪与修养类课程。通过对中国古代著名小说的讲解，使学生对中国古代小说的概貌有所了解，掌握欣赏中国古代小说的基本方法与途径；从而培养学生阅读鉴赏能力，提高学生的文学素质。第一讲 萌芽于玄学的泥土——魏晋志怪与志人小说；第二讲 感伤艳情的诗意表达——唐传奇；第三讲 走向市井、感受通俗——宋元话本与明清拟话本；第四讲 该怎样治国平天下——《三国演义》；第五讲 暴力文学还是英雄传奇——《水浒传》；第六讲 向着灵山进香——《西游记》；第七讲 文化废墟上的恶之花——《金瓶梅》；第八讲 永恒的追忆与感伤——《红楼梦》；第九讲 托意于花妖狐媚的艳遇与疗救——《聊斋志异》；第十讲 知识分子，路在何方——《儒林外史》。

5、含英咀华-中国古代诗歌体裁流变

任课教师：田南池

通识课。礼仪与修养类课程。中国古典诗歌的各种体裁及其流变，以代表作家和代表作品为例。四言诗、楚辞、乐府、五七言古诗、五七言绝句和律诗、词。不但介绍其特点，讲解其格律要求，且有各种诗体的创作实践。以期对祖国古典诗歌不但具有理论上的感知，而且具有初步的创作能力，使选修学生能够具备欣赏古诗，进而写作古诗的能力。

6、歌剧、舞剧赏析

任课教师：李之光

通识课。礼仪与修养类课程。作为世界艺术珍宝的西洋歌剧以及芭蕾舞是西方艺术的重要组成部分，经受过历史的考验，给人以美的享受，任何其它艺术形成都不能与之比拟。中国歌剧、舞剧虽历史不久但却有一批影响深远，思想、艺术都具相当高水平的作品，本课程通过对代表作品的赏析及讲解，使学生了解西洋歌剧、芭蕾舞及中国歌剧、舞剧起源、发展背景等有关知识；提高对艺术经典作品的鉴赏能力，填补目前学生对高雅艺术不甚了解的空白。主要内容有：意大利威尔弟的《茶花女》、《阿依达》、普契尼的《图兰多》，法国比才的《卡门》；俄国柴可夫斯基的《天鹅湖》、《睡美人》；中国的《白毛女》、《大红灯笼高高挂》、《江姐》等。

二、理工类课程

7、数学建模

任课教师：李丽莉

通识课。理工类课程。本课程旨在向学生展示各种不同实际应用领域中的数学问题和数学建模方法，激发学生学习数学的兴趣，拓宽知识面，发展学生建立数学模型和运用计算机技术解决实际问题的综合能力，培养创新意识，提高学生分析问题、解决问题的能力。同时为选拔优秀学员代表我校参加一年一度的全国大学生数学建模竞赛做好准备。主要内容包括：介绍各种数学模型(包括初等模型、简单优化模型、数学规划模型、微分方程模型、离散模型等)及数学建模方法。优化软件 Lindo/Lingo 和符号计算软件 Mathematica 的基本使用方法和在其数学建模中的具体应用求解。

任课教师：张柳霞

通识课。理工类课程。本课程主要介绍数学建模的方法如线性规划、非线性规划、微分方程模型、概率模型、图论、对策论、运筹学等，以及数学建模所需的数学软件如 mathematic、lindo、lingo、matlab 等的操作应用。使学生掌握数学建模的基本方法和一般步骤，具备建立数学模型的初步技能，并能将数学和计算机有机的结合起来去解决各种实际问题。通过本门课程，选拔代表学校参加全国大学生数学建模竞赛的参赛选手。

三、人文类课程

8、红楼梦赏析

任课教师：张香忖

通识课。人文类课程。《红楼梦》以包罗万象的内容，博大精深的思想，精湛完美的艺术，丰富生动的语言，高占中国小说榜首，岿然屹立于世界文学之林，成为中华民族灿烂文化的象征。“满纸荒唐言，一把辛酸泪。都云作者痴，谁解其中味。”凝聚了作者一生心血的小说，以贾、史、王、薛四大家族为背景，以贾宝玉、林黛玉爱情悲剧为主线，通过描写荣、宁两府由盛到衰的过程，展示了封建社会末期的生活。课程以文学原著和影视作品为平台，以社会和历史为背景，通过对《红楼梦》人物的分析、诗歌的鉴赏、艺术的品味和相关知识的解读，引导同学了解《红楼梦》的特殊历史地位和高超艺术成就，提高文学修养和审美能力。

9、伦理学与生活

任课教师：朱晓佳

通识课。人文类课程。《伦理学与生活》课程的教学，主要讲述西方伦理思想历史中著名思想家和主要流派的观点，并将这些理论应用于日常生活的阐释，鼓励学生进行道德反思、批判和创新。本课内容汲取了东、西方伦理学的精华，倡导生命价值、善良、公正、诚实和个人自由等五条道德原则，为生命伦理、企业伦理、媒体伦理、环境伦理等广泛的社会伦理问题提供对应之道。同时，也可以帮助学生从纷繁复杂的生活现象中体会道德的含义，从而建立起正确的道德价值观。

10、人类性学

任课教师：赵合俊

通识课。人文类课程。《人类性学》(Human Sexuality)是国外大学中的一门重要课程，相关教材已出到十几版，就是明证。本课程将使用原版最新教材(Human Sexuality Today, Bruce M. King, 2009)，以双语教学的方式，对

《人类性学》的主要内容——诸如“性的含义”、“性与生殖解剖”、“性的发展”、“性/性别角色”、“性唤起与性反应”、“性关系与性行为”、“性问题与性治疗”、“生育控制”、“性倾向与性癖好”等——进行概要式重点讲解，以期学生在性学和英语两方面均能有所收获。

11、英美诗歌欣赏

任课教师：毕素珍

通识课。人文类课程。《英美诗歌欣赏》是面向全校本科生开设的语言文化类选修课程。通过课堂讲授诗歌欣赏方法与诗歌朗诵、讨论及课外阅读思考相结合的方法让学生理解英语诗歌原作，初步掌握英美诗歌分析和欣赏方法，同时对英美诗歌发展的历史轨迹、英美诗歌的形式及其语言特点、表现手法、诗歌种类等基本要素、英美重要诗人及其作品的风格（包括语言、艺术创作手法、主题）等有一定的了解，从而提高对英语语言的理解能力和对诗歌艺术的鉴赏能力，增长关于英美文学与文化的知识，提高学生的综合文化素养。

12、基础日语（一）

任课教师：郝轶君

通识课。人文类课程。本课程从日语 50 音图入门，通过语音、语调、促音、长音等特殊音节的学习，熟练掌握日语语音的特点，达到能够跟读的目的。另，通过名词句的学习，掌握日语语法基本特征，并进一步过渡到动词句的学习，以期领会助词在日语中的作用。在此基本语法掌握的基础上，逐步进行写作训练，促使学生能将所学词汇、句法加以运用，以达到表达个人基本意图、与人基本沟通的目的。为真正进入日语学习培养兴趣、打下学习基础。

13、伦理与生活

任课教师：贾维

通识课。人文类课程。本课程将采用与实际生活案例相结合的方式讲授伦理学的基本理论；通过分析实际生活的案例，介绍伦理学的基本范畴和概念，如善恶、良心、正义等；通过课堂讨论和分析，使学生了解更多的伦理学流派，

并帮助学生运用伦理学知识在现实生活中更好地进行道德判断、道德选择和道德评价，一起寻求道德完善的途径和手段；还会解析一系列应用伦理问题，如生命伦理、经济伦理、生态伦理和网络伦理等。本课程采取讨论与讲授相结合的方式，促进学生独立分析思考个人和社会的伦理问题，希望帮助学生能够学会多角度审视自我和他人。

14、西方文明史

任课教师：王向梅

通识课。人文类课程。本课程讲述了西方文明自诞生直至当今时代的发展演变历程，包括古代文明、古典文明、中世纪文明和近现代文明，注重历史上重大事件和文化现象对文明发展的影响，涉及政治、经济、宗教、文化、艺术等领域，说明各个社会领域之间的关系，以及其对各地区各民族所产生的影响。本课程注重增进学生对西方文化的了解，启发学生的历史意识与史观批判能力。本课程培养学生运用历史眼光分析历史与社会现象的能力，有助于拓展学生的视野、培养其历史人文思维与素养，增强社会责任感和人文关怀，树立良好的历史观、世界观和人生观。

15、西方哲学简史

任课教师：魏开琼

通识课。人文类课程。本课程试图打破人们对哲学的普遍迷思，带领青年学生走进哲学思维的殿堂，体会思想之乐趣。让学生了解哲学关注的主题、思考的方式，以及可能的对我们的影响。本课程认为，学习哲学的目的是为了实践哲学，我们将在课堂上努力理解哲学问题、审视古圣先贤提供的备选答案，考虑正反两方面的意见，然后决定哪个答案更适合自己。本课程在内容设置上以时间为经、议题为纬的方式来组织，我们将从智慧的痛苦、哲学的诞生开始，进入到苏格拉底问题、晚期希腊哲学中的人生哲学、信仰时代；从文艺复兴人的发现、主体的觉醒，进入到对社会政治理论的探索；进而将学生的思维导向当下的现实，我们会讨论社会正义理论，关注当下人们的生存现状，以学生自己的思考结束本课程的学习。

16、中华文化传播和汉语国际推广

任课教师：张燕

通识课。人文类课程。本课程以全新的视角生动地阐释汉语的本质，以世界的眼光审视和解读汉语言文字和中华文化精粹，深入剖析它们在国外传播的历史、现状及发展趋势。通过采取文本、影视资料和留学生汉语教学案例等方式，讲解“汉语是什么”、“语言和文化的关系”、“文化休克”、“中国语言与文化的对外传播”、“‘汉语热’和孔子学院”等课题。旨在启发学生重新审视和探索日常生活中貌似平常的语言和文化，培养学生弘扬中华优秀传统文化和推广汉语言文字的志趣。

17、基础日语（二）

任课教师：郝轶君

通识课。人文类课程。本课程以修完基础日语（一）的学生为对象，继续日语初级阶段的学习。在入门学习之后进一步加深，巩固语音、语调的基础上，更通过 1. 形容词的表现、2. 时态变化、3. 修饰作用。4. 量词的使用。5. 动词的て形变化、活用。6. て形句的语法意义等的学习，扩大知识点并提高学生的日语表达能力。以期达到 1. 朗读时语音、语调基本正确。2. 掌握单词约 500 个，汉字 100 个左右。3. 掌握基础语法知识。能就教材内容进行问答和复述。引导学生以听读入门，书写为辅，开口表述为最终目的。积极沟通，努力实现能够进行简单的日常会话，为本课程的根本。语言学习的同时，穿插简介日本社会、文化的课时，培养学生对日本的全方位理解，以期达到知日目的。

18、实用英语沟通技巧

任课教师：齐品

通识课。人文类课程。本课程属于实用型英语课程。以讲座、听说、练习形式使学生掌握对话技巧、肢体语言交际、跨文化交际、课堂交际、听力技巧、打电话技巧、与异性沟通、团队合作技巧、辩论技巧、演讲技巧、面试技巧等内容。其目的是使学生了解中西方文化差异，提高其英语听说能力，以便在今后的工作和社会交往中能用英语进行有效交际。

19、《近思录》释读

任课教师：钟治国

通识课。人文类课程。传统文化一直是我们民族的宝贵的思想资源，是今天我们建设新的文化必须借鉴的重要内容，而儒家就是传统文化的主流，两千多年来一直影响着中国人的生活的方方面面，成为中国人区别于别的国家、民族的主要思想标志。儒家的这些思想主要体现在历代学者对先秦儒学经典的诠释所形成的解释系统当中。本课程为使选课者对儒家思想有一个整体的、较为深入的了解，继对《四书》的释读课程之后，拟选取宋明理学的经典入门文本——《近思录》为中心，通过对这一文献的精读来阐发儒家经典文本的含义以及贯穿于其中的哲学睿识，以期达到上述目的。借由这样的学习和探讨，一定能够使我们对于儒家以及中国古代思想有整全的、较为深入的了解，强化学生的人文素养，对自己和世界有更深刻的体验和存在领会。

20、德语与德国文化

任课教师：谷劲松

通识课。人文类课程。德语为欧洲第一大语种，在欧洲一些国家还有德语区，应用十分广泛。除德国外，欧洲很多国家也把德语作为第一或第二官方语言。随着全球化的进程加快，国际间的交流日益加深，如果能够多掌握一门外语或者对其他小语种有一定的了解会对今后的工作有所帮助。本课程首先旨在使学生对德语有初步的了解，如发音、词汇、基础语法、特定语法现象等方面；另外，希望学生掌握基本的口语交流能力，如问候方式、日常简单对话等；再有，通过对课文的讲解使学生对德国以及欧洲国家的风情文化、国情等有一定的了解。

21、汉字文化

任课教师：谭翠

通识课。人文类课程。汉字是世界上最古老的文字之一，是汉民族文化的载体，很多字的构造与一定的文化背景紧密联系。汉字和汉字文化不仅是中华文化的重要组成部分，也是中华历史和文化的书面记录。因此，无论是要研究

中华文化还是要研究汉语言文字的本身，都应该了解汉字的发展、变化，具有传统的文字学知识。本课程从文化的角度出发，主张“从汉字入手研究中国文化，从文化学的角度研究汉字”，力求使学生掌握一定的文字学知识，对延用数千年，至今仍能显示出强大的生命力的汉字及其背后的文化有更深入的理解，同时，进一步培养学生的人文知识素养，为今后从事各行各业的工作打好语言文化方面的基础。

22、莫言作品研究

任课教师：张永辉

通识课。人文类课程。莫言是中国当代文坛上的重要作家。莫言从1981年发表处女作至今已经创作了31年，发表了80多篇短篇小说、30部中篇小说、11部长篇小说。“莫言作品研究”的主要内容是研究莫言的重要短篇小说、中篇小说和长篇小说并涉及一些散文作品。从小说的人物形象、人物关系、情节设置、语言特点、艺术风格、思想特点、社会意义等角度透视其小说作品；从感情特点、思想特点、人物形象、语言特点、艺术风格等方面研究其散文作品。主要涉及的作品有：《透明的红萝卜》、《红高粱》、《秋千架》、《欢乐》、《红蝗虫》、《十三步》、《酒国》、《天堂蒜苔之歌》、《丰乳肥臀》、《檀香刑》、《生死疲劳》、《蛙》等作品。

23、儒家经典原著选读

任课教师：钟治国

通识课。人文类课程。儒家作为传统文化的主流，两千多年来一直影响着中国人的生活的方方面面，成为塑造中国人的文化性格、价值取向、生活方式的决定因素，是使得中国、中华民族于别的国家、民族的主要思想标志。儒家的这些思想主要体现在历代学者对先秦儒学经典的诠释所形成的解释系统当中。本课程为使选课者对儒家思想有一个整体的、较为深入的了解，拟择取儒家经典文本“四书”——《大学》、《论语》、《孟子》、《中庸》作为教学内容，通过对这一文献的精读来阐发儒家经典文本的含义以及贯穿于其中的哲学睿智，以期达到上述目的。借由这样的学习和探讨，一定能够使我们对儒家

以及中国古代思想有整全的、较为深入的了解，强化学生的人文素养，对自己和世界有更深刻的体验和存在领会。

24、基础日语口语

任课教师：徐超

通识课。人文类课程。通过日语的学习，还可以了解日本的风情、日本的社会以及日本人的日常生活，更直观、更愉快地学习日语。进一步地充实学生的大学生活。并且要以日语的口语教学为主，创造日语的语言环境；不希望学生学到‘哑巴外语’，要让学生学有所值、学有所用，为加强口语的练习，尽量创造和提供与日本人直接交流的机会，或者安排毕业学姐在课堂上以身说法，能够学习到想学的东西，让学生们在将来的工作岗位和社会上有崭露头角的机会。

25、东西方的智慧：科学与文化

任课教师：陈方

通识课。人文类课程。文化分为两大类，一是人文的，一是科技的。本课程通过介绍中国、西方科技文化发展的基本脉络，展示东西方看待和对待大自然和人类自身在方法和态度上的相同点和不同点，解释科学和文化相互关系。本课程的主要目标是增加学生尤其是文科学生对于科学技术的兴趣。通过该课程的学习，学生可以从整体上了解中国哲学和中国科技、西方哲学和西方科技的发展线索，了解科学精神、科学方法不仅对自然科学自身的发展、对哲学发展、而且对整个人类社会的发展都具有重要意义，并进一步理解科学是一种文化，进一步领会：在信息时代，科学思想和科学方法对于人的全面发展所具有的价值。

26、生命与休闲

任课教师：李云霞

通识课。人文类课程。休闲不能模仿，却可以学习。对于现代人来说，休闲是一种情操，一种教养。区分文明人与野蛮人的标志，不是看他的财富、知

识与技能掌握的多少，而是看他是否热爱休闲，能否善于休闲。同样，一个社会文明与进步与否，不是看它的生产力的高低与社会财富积累的多少，而是看这个社会的人群中善于休闲者的多少。事实上，一个社会愈进步与文明，就会愈来愈多地为人们提供各种各样的休闲活动与方式；反过来，只有当一个社会中的人们普遍地热爱休闲，并且善于休闲时，这个社会才会真正地幸福与和谐。

27、语言与文化

任课教师：付娜

通识课。人文类课程。语言之中蕴含着文化，文化的丰富和发展也得益于语言。本课程主要从三个方面论述语言和文化千丝万缕的联系：语言与物质文化，语言与制度文化，语言与精神文化，并设有多个专题：语言与饮食文化（汉菜的烹调及有关词语；汉菜名称的由来及含义；与食味有关的词语；与“吃”有关的词语）、语言与礼俗文化（祝福语；尊敬语及称谓语；自谦语；道谢语；道歉语）、语言与姓氏文化（汉族人的姓氏；汉族人的名字及其文化含义；笔名及其他；书斋名称；人及事物的雅称或别称）、外来词与文化交流等。课程将引导学生拓宽文化视野，了解蕴含在语言的文化功能，领悟汉语的文化精神。

四、社科类课程

28、女性健康与人生幸福

任课教师：张静

通识课。社科类课程。“了解女性健康现代理念与身心实践，提升人生幸福主观指数与生活质量。”是本课程开设的期望。课程的教学目的在于，让学生逐步了解女性从出生到成长不同阶段的身心健康知识，重点学习青年阶段的身心特点与健康保护，通过对青年女性的身体健康、心理健康、社会人际以及精神健康等方面的探讨，完善人生规划中的自我认识与自我接纳，挖掘自身成长动力创造幸福人生。期望通过“童年回顾——青春记忆——青年当季——未来展望”等历程的学习同步感悟对女性健康的全面认知，养成批判性思维（Criticalthinking）的能力和气质。

29、教育热点问题研究—政策分析视角

任课教师：陈岚

通识课。社科类课程。“入园难、入园贵”、“择校热”、“校中校”、“异地高考”、“一考定终身”、“行政化办学”、“教育乱收费”、“教育不公”、“钱学森之问”……教育老问题未解，新矛盾滋长，因由何在？如何解决？课程以时间顺序为线索，采用政策分析方法，探究教育领域矛盾问题。

30、优生与遗传

任课教师：谢匡中

通识课。社科类课程。“生健康的孩子”——这即是优生学。优生学自 1883 年由高尔顿创立之后，经历了曲折的发展道路。随着上个世纪遗传学等学科的迅猛发展，人们不仅在“消极优生学”方面创造出有效的优生手段，而且在“积极优生学”方面也提出了诱人的优生前景。作为国策，优生学正在推动我国人口质量稳步提升。2000 年 6 月，中国参与其中的人类基因组计划（HGP）框架图绘制完成。这标志优生学跨入崭新的时期。许多遗传病致病基因被筛查；不少癌基因在破译。威胁人类的心脑血管病、糖尿病、精神分裂症等常见病机理被阐明；抗衰老和长寿将成为现实。总之，二十一世纪人口质量会由于优生学、遗传学的进步而大幅度提高。本学科系统介绍优生、遗传的基本规律和最新进展，是“未来母亲”应知的、有实用性的一门兴味盎然的功课。

31、婚姻家庭与两性沟通艺术

任课教师：罗慧兰

通识课。社科类课程。《婚姻家庭与两性沟通艺术》主要围绕婚姻家庭的不同阶段，从恋爱、择偶、约会、结婚、生育等方面，运用心理学、社会学、女性学等多重视角进行分析，整合国内外最新研究成果，针对现阶段人们对于婚姻家庭的许多困惑，探讨不同的对策。其目的在于帮助学生了解并掌握婚姻家庭领域的专门知识，树立正确的婚姻家庭理念，明确不同家庭生命周期的特点，提升婚姻管理能力和家庭沟通技巧，有效地规划自己的婚姻生活，为建立幸福美满的家庭奠定基础。本课特点运用优秀影视资料进行辅助教学。

32、国际政坛杰出女性研究

任课教师：孙晓梅

通识课。社科类课程。本课程讲述中国和世界很有特点的女政治家，使学生基本了解中国和世界政坛杰出女性的发展趋向，以及当前中外妇女的政治地位，使学生运用基本理论研究各国杰出妇女，掌握比较研究的方法。使学生进一步了解男女平等基本国策的重要意义，学会运用马克思主义的妇女观，分析当前妇女参政情况。

33、家庭基础知识

任课教师：孙晓梅

通识课。社科类课程。本课程使学生了解自己、家庭、儿童、老人和社会；使学生懂得生活资源、经济生活和消费生活；使学生掌握食品科学和食用方法，安全的食品 and 健康的食品；使学生认识现代的服装科学，人与服装的关系，自信的着装方式及对各类针织用品性能的了解；使学生理解健康安全的住房科学，社会地域的环境保护等方面的知识。总之是要求学生学会生活的最基本的要素——家庭基础知识。家庭基础知识要点：1、出生、乳幼儿期、青年期、壮年（成人）期、老年（高龄）期的基本知识。2、家庭与情报社会、家庭消费、家庭经济、家庭生活与福利、环境型社会。3、人与食物的关系、健康安全的食品、食事计划。4、人与针织用品、健康舒适的服装生活。5、人与居住、家庭与居住空间、健康安全的居住生活。

34、国际商务谈判

任课教师：符国奕

通识课。社科类课程。本课程知识目标融合了国内外经典的谈判理论，从谈判动因、谈判结构、谈判组内部利益、谈判力、谈判双方的信任、谈判者心理、国际谈判文化模式、博弈论在谈判中的应用、谈判类型等方面，运用模型和实例对影响谈判全过程的主要因素进行了比较全面的分析。案例部分：结合理论部分的讲解，提供了相应的案例分析和模拟谈判，对影响谈判全过程的主要因素进行真实体验和全面分析。能力目标要求具有理论联系实际的能力；根

据案例和模拟谈判，亲身体会谈判的技巧，并真正理解课堂所讲授的谈判知识。素质目标要形成学术性与实践性和操作性相结合的与时俱进意识。

35、微型银行管理

任课教师：李树杰

通识课。社科类课程。本课程旨在利用一般性商业银行运行管理的理论和方法，以及公益性金融机构的运行方法，来分析向中小农户和市民提供信贷、储蓄和其他金融服务的方法、原理、运行效果等内容。另外，探讨该类银行实现经营可持续、以至财务可持续的策略和技巧。再有，探讨该类银行如何同时实现“可持续存在和发展”与“重点扶助中低农户的目标”之间的辩证关系。以期达到持续地、更大范围地扶助中低农户和市民的目标。

36、性别与婚姻家庭

任课教师：陈方

通识课。社科类课程。本课讲授婚姻家庭的历史、现状和发展，探讨爱情、婚姻与家庭之间的关系动态关系，以及男女两性在婚姻家庭中的位置及其变化。教师从跨学科角度，分析和讨论爱情、婚姻和家庭的性质、两性在婚姻家庭中的作用和地位、婚姻家庭对两性发展的影响，以及经营和管理思想在现代婚姻家庭生活中的运用。通过学习本课程，学生将进一步理解爱情、婚姻、家庭与社会发展的相互关系，理解现实生活中人们面临的工作与家庭的冲突（双重角色冲突），为其正确看待和对待爱情、婚姻和家庭现象储备相关知识和方法。

37、身体、气质、生育与性别关系—两性研究专题

任课教师：韩贺南

通识课。社科类课程。本课主要介绍女性主义对女性气质、角色、性、身体与生育等问题的观点，揭示男性气质和女性气质是怎样形成的？分析身体、气质、生育文化对女性地位和性别关系的影响；讨论现实中，女性在身体、性与情感方面面临的问题以及应对策略。本课主要通过阅读、讨论，观看分析音像作品等方法，使学生了解女性主义关于女性气质、角色、性、身体与生育的

概念和理论，能够运用性别分析方法解剖现实中女性所面临的性、身体与情感等问题。本课所呈现的各种观点交锋对峙，异彩纷呈，趣味无穷。通过本课的学习，能够开阔视野，形成一种分析和批判的思维方式，从而培养创新能力，使学生不仅对性别而且对其他问题也会有一些独到的看法。

38、以案说法

任课教师：邢国威、刘茂勇、汤轶群、唐芳

通识课。社科类课程。当今社会是法治社会，无论从事何种工作, 都需要具备基本的法律常识。该课程将以现实生活中焦点、热点、真实、具体的案例，用通俗、简洁的语言解析法律，分析案情、讲清道理；本课程在教授学生基本的法律知识同时，使其通过该课程学习，能够提高法律意识，最大限度避免法律风险，懂得对一些具体情况如何运用法律手段维护自己的权利。本课程由四个教师根据不同内容共同承担教学任务。

39、文献检索与利用

任课教师：傅娆

通识课。社科类课程。根据特定需求查找和利用文献信息，在海量信息中获取有用信息，具备良好的信息素养，是现代大学生的一项基本技能。文献检索课以完成论文写作为切入点，突出检索思路的培养，主要介绍印本图书、工具书以及各类电子资源的编排结构，让学生系统了解和较为熟练地掌握不同类型文献的检索、浏览、下载等使用方法，通过理论学习与实践操作，更好的完成学年以及学位论文的写作，以较强的信息意识和信息能力适应未来的社会就业和深入学习。

任课教师：李临玲

通识课。社科类课程。文献检索能力成为当今大学生必备的基本技能。开设这门课是为了提高其文献查找能力。一般来说，查找文献资料对于大学生撰写学年和毕业论文来说具有基础性的重要意义。课程系统讲述文献检索的原理、方法和步骤，从电子期刊、电子图书、学位论文、网络信息、论文写作等方面

介绍如何查找所需的文献资料 and 如何进行写作。从而为同学们掌握文献查找方法、写好学年和毕业论文打下良好的基础。课程一人一机，讲解上机结合教学。

40、管理学原理

任课教师：李晓明

通识课。社科类课程。管理科学是探索人类管理活动共性规律的一门学问，它为人类社会中各种复杂组织的维系与发展提供了科学的、富有逻辑性的方法，成为实现组织目标的一种有效手段。特别是在人类从工业文明步入信息文明过程中，管理已成为最富有活力和创造性的一种组织行为。在学术界，管理被誉为是促进现代社会文明发展的三大支柱之一，与科学和技术三足鼎立，同时把管理的学科地位与科学技术并驾齐驱，视作推动社会发展的车之两轮或鸟之两翼。的迄今，管理理论在宏大的科学殿堂中已占有重要地位。管理学原理主要讲授：管理学概论（包括使命、基础、原理）、管理学职能（包括：决策与计划、组织、领导、控制、创新）、管理综合案例分析等内容。学习管理学原理对于未来有志从事于管理工作的同学，将有重要的帮助。

41、管理哲学

任课教师：郭春鸿

通识课。社科类课程。管理是一门艺术，也是一门哲学。《管理哲学》是一门普及现代管理知识的通识课程，它是研究和处理管理中各种关系学科。管理哲学是管理者的哲学、行动的哲学，通过选修这门课程，可以提高学生对管理的规范性与灵活性、群体化与个性化、严格的技术要求与机智的适应市场等方面处理各种关系的能力，而且力求将理论与实际结合起来，引导学生用哲学的思辨思考管理实践中的困难与问题。管理发展理论与组织、计划、控制、领导激励等现代管理理论，通过学习这门课，帮助学生了解自己，衡量自己的管理水平，借鉴、吸收一切先进的管理经验、管理知识和管理方法，指导今后的就业和工作，尽快适应市场经济和社会需要，不断改进管理工作，提高管理水平，创造工作佳绩。

42、女性·爱情·家庭——女性心理保健

任课教师：游涵

通识课。社科类课程。全部课程以传递和规范女性正确的审美观和价值观为核心，系“女性情商”教育。内容以心理学和美学等为基础，与哲学及传统文化相结合，传递如何认知自我，及与当下环境的关系，以提高心理素质，达到独立思维，规划当前，把握未来的效果。最主要的，是为学生们建立起一个健康的审美观。

43、生活中的金融法

任课教师：曾煜

通识课。社科类课程。随着经济社会的快速发展，发生在每个人身边的金融事件也越来越多，掌握一定的金融法规知识显得越来越重要。本课程正是从这一目标出发，面向全校开设的普及金融法规知识的社科类课程。本课程的重要特色是注重理论联系实际，在讲授最新金融法规的同时，密切结合生活中多发的、典型的金融案例进行深入分析，使学生在掌握金融法规基础知识的同时，培养学生从法律视角来思考、分析金融方面问题的能力，从而提高学生解决工作与生活中遇到的金融问题的水平。

五、其它类公共选修课

44、大学英语四级实用语法与词汇

任课教师：马莲

公共选修课。《大学英语四级实用语法与词汇》是一门理论性与实践性很强的英语选修课。本课程设置的目的是为了让学生学习 and 掌握基本而又系统的语法知识，培养语法能力。在了解大学英语四级的基础语法和词汇要求的基础上，在课堂上进行有针对性的实战练习。学生能够借助于丰富的语法知识和大量的课内外阅读，巩固语法知识，扩大词汇的积累，不仅能为学生在英语听力、阅读、写作、翻译等方面能力的提高打下坚实的基础，也能为学生今后独立研究解决英语学习中的问题和学习新知识创造条件。

45、图形图像处理

任课教师：杨晓峰

公共选修课。PhotoShop 是世界上公认的图形图像处理软件，由 ADOBE 公司开发。本课程旨在介绍 PhotoShop 处理图形图像的技巧，通过具体案例，举一反三，汇总常见处理手段。具体内容为：1、PhotoShop 入门；2、基本技能技巧；3、背景纹理制作；4、文字特效制作；5、图形仿真特效；6、综合特效；7、照片修复；8、标志、海报设计等。本课程采取案例教学方法，改变单纯软件学习的枯燥。以具体案例，举一反三，介绍常见处理方法。

46、涉外旅游英语会话

任课教师：殷鹭

公共选修课。本课程从涉外旅游吃、住、行、游、购、娱等几个方面出发，内容涵盖了出国时会面临的各种情境，主要包括：机场出入境、在餐厅就餐、宾馆入住、乘坐交通工具、参观旅游景点、购物、娱乐时等所需的英语词汇与口头交际表达，同时介绍了国外公共场合常用的英文标识、缩略语，以及旅游中的突发事件和应急方法。开设本课程旨在培养和提高学生在涉外旅游过程中熟练运用英语进行沟通的能力。

47、奢侈品研究

任课教师：符国奕

公共选修课。本课程教学目标知识目标要求把握奢侈品概念、诞生、演化、消费、设计、生产、经营、传播、危机等方面的内容；能力目标要求具有理论联系实际的问题解决能力；素质目标要形成学术性、实践性和操作性相结合的与时俱进意识。知识点主要包括奢侈品定义与分类、奢侈品的具体特征、特殊价值和独到审美、奢侈品的起源、奢侈品代表国家和中国奢侈业态、奢侈品演化、奢侈品经营和资产模式、奢侈品消费心理和消费行为、奢侈品设计、奢侈品经营、奢侈品传播、奢侈品危机处理等内容。

48、信息技术与信息素养

任课教师：姚晨光

公共选修课。本课程面向缺乏信息技术基础培训的文科学生，以网络和信息化相关基础知识的教授为主，结合实际应用，兼顾信息能力、创新能力的培养，以及学生信息伦理道德、社会责任感等方面的发展，培养学生获得鉴别信息真伪的能力，以形成正确的信息伦理道德观念、网络安全观念、自我保护意识以及社会责任感。本课程内容包括计算机与程序，因特网与基础设施，数据库与网站，搜索引擎与信息检索，网络和信息系统安全，信息（文本、图形、图像、音频）处理技术，电子商务和电子政务，传统网络应用，创新网络应用（云计算，物联网），网络文化，信息化产品。阐述了当代大学生应当了解的信息技术，并且和学生探讨如何提高自身的信息素养，如何获得终身学习的能力。

49、劳动法与实践

任课教师：韩世春

公共选修课。本课程主要学习有关劳动法与社会保障法的国际国内立法历史与现状，学习有关劳动法律关系是如何形成的，学习我国关于工资、工时、劳动保护等特定法律制度的规定，学习我国关于社会保险制度的法律规定，在掌握与劳动关系有关一系列法律制度的基础上，通过实际的案例来进一步运用这些知识，分析劳动法律关系，解决劳动争议，培养学生解决实际问题的能力。

50、现代法治影视评论

任课教师：朱晓飞

公共选修课。法律文化和电影艺术关系非常密切，法庭片有助于学生更好地理解法律制度及运作。本课程的内容为：一、理论概述及学习方法介绍。二、介绍各国的法庭故事，了解他国法律制度运作。三、介绍我国法律进程中的电影故事，通过比较、借鉴国外的法律文化及制度建构来思考中国法治之路。本课程采取案例教学、法律理论分析及课堂讨论的方式。

51、防卫控制与自护

任课教师：刘连发

公共选修课。防卫控制不止是在危险的境地里使自己不受伤害，而且能够控制并制服住对方。防卫控制与自护强调的是用防卫控制的技能达到自我保护的效果。课程的主要内容包括基本知识、自我保护、击打、抓握、解脱、控制基本技术、控制应用技术、控制实战技术等。本课程主要采取语言法、直观法、分解与完整法、练习法、游戏与比赛法、预防与纠正错误法等多样化的教学手段和方法，注重理论联系实际，突出应用性。通过课程学习，力求使学生了解防卫控制与自护技术形成的规律、掌握防卫控制与自护的基本理论和基本技能、学会防卫控制与自护的正确方法，并全面培养发展学生的智育、适应能力、控制意识、防卫意识，特别是加强在生活中的防卫与自护能力，避免不必要的伤害。同时在强身健体中改善学生心理状态，养成积极乐观向上的生活态度，培养学生机智、灵敏、坚忍不拔的意志品质。

52、佩剑

任课教师：孙宏

公共选修课。击剑，分为佩剑、花剑和重剑三个剑种。本课程教学以佩剑为主。通过击剑基本技术、战术、心理素质、技战术组合、裁判知识以及比赛程序的讲解和实践，使学生了解和掌握击剑的基本内容和特点，并亲身感受到击剑对身心健康带来的益处。培养学生对击剑的业余爱好，提升身心健康的档次，养成持之以恒的锻炼习惯。

53、现代形体健美操

任课教师：苏文彩

公共选修课。健美操运动作为 20 世纪 80 年代在我国兴起的体育项目，得到了长足的发展、普及。健美操是一项以有氧运动为基础，以健、力、美为特征，融体操、舞蹈、音乐为一体的身体练习。练习者在欢快的节奏中进行身体练习，全身的关节、肌肉都在有节奏的运动，在锻炼中强身、美体、陶冶情操。学生在掌握了《全国健美操大众锻炼标准》四级的基础上，对健美操产生了更

迫切的学习要求，本课程以满足不同层次同学的不同需要，把我校健美操项目推向一个更高的起点！

54、爵士舞、拉丁健美操

任课教师：苏文彩

公共选修课。爵士舞是一种急促又富动感的节奏型舞蹈，是属于一种外放性的舞蹈。爵士舞主要是动作和旋律方面的表演，主要目的是为了娱乐别人也娱乐自己，可带给自己与别人一段美好的时光。它的表现一点都不虚饰，舞蹈时所散发出愉悦的气氛和那种快乐的精神非常具感染力。拉丁舞又称拉丁风情舞或自由社交舞。拉丁舞之所以成为流行的新时尚，是因为拉丁舞给我们带来了与众不同的新鲜感觉，这种拉美风格的肢体语言和那动听的拉丁音乐相得益彰，使很多第一次见到拉丁舞的朋友就跃跃欲试，急不可待的想体验和感受她的迷人魅力。听着悦耳动听的音乐，合着有力的节拍，扭动着你的腰肢，让时尚与你同行，让浪漫与你并肩，让快乐伴随我们每一天，你会得到意想不到的收获。

55、轮滑平地花式基础入门

任课教师：周惠娟

公共选修课。轮滑（Roller skating），又称滚轴溜冰、滑旱冰，是备受青少年喜欢的休闲运动，平地花式轮滑是花样轮滑的一种，所需场地小，危险度低，动作炫目优雅。通过轮滑课学习，能够全面发展学生的身体素质，提高学生身体的协调性、判断能力和机敏素质；改善学生心理状态、克服心理障碍，养成积极乐观的生活态度，培养学生机智、灵敏、坚忍不拔的意志品质和强烈的竞争意识；通过轮滑教学和表演比赛，可以增进友谊、加强团结、交流技艺，开展社会交流活动，使学生培养良好的体育道德和合作精神，能正确处理好竞争与合作的关系。

56、莱美形体训练

任课教师：李梓

公共选修课。欧美流行的莱美形体训练作为世界上第一个预先编排动作的身心结合训练项目，是一个将传统瑜伽、太极和普拉提融合在一起的身心训练项目。配合悠扬的音乐进行集体健身训练，对身体各主要肌肉群进行伸展和拉伸，提高身体的平衡、控制能力。依据自然法则预先设计的动作组合，让练习者轻易掌握练习技巧，感觉修长、强健、集中和平和，是缓解压力、改善体态良方。是一套针对练习者生理以及心理的训练，它可以改善或增强锻炼者的力量、耐力、有氧运动能力、身体协调性、柔韧性和敏捷性，帮助练习者保持生理及心理的健康状态，同时，改善练习者的形体，使之更健美。并使练习者拥有健康的身心，塑造良好的体型。本课程在欧美流行的莱美形体训练的基础上融入有氧舞蹈、艺术形体、现代芭蕾的因素，更适合我院学生特点，可以有效的改变和校正不良体态，塑造健康、优美的形体，提高艺术表现力，在具有丰富术科知识的同时拥有高雅的气质。

57、器械健身健美

任课教师：彭延春

公共选修课。器械健身健美是一项通过徒手或各种器械，运用专门的动作方式和方法进行锻炼，以发达肌肉、增长体力、改善形体和陶冶情操为目的的运动项目。它可以采用各种徒手练习方法，如各种自抗力动作；也可采用各种轻重不同的运动器械来进行练习，如杠铃、哑铃、壶铃等举重器械，单杠、双杠等体操器械，以及弹簧拉力器、滑轮拉力器、橡皮筋带和各种特制的综合力量练习器等。通过器械健身健美教学，使学生了解健美锻炼对人体机能、形体塑造产生的积极作用和意义，掌握健美锻炼的基本技术、练习方法，循序渐进地增加肌肉力量，正确掌握练习的运动量，培养针对个人具体情况合理安排运动负荷、制订训练计划的能力；系统掌握健美运动的基础理论知识及练习方法和手段，充分认识健美运动对促进人体健康的积极作用，培养学生自觉、长期从事健美锻炼的意识以及克服困难和挑战自我的意识品质。

58、跆拳道

任课教师：马晓利

公共选修课。跆拳道运动是一项利用拳和脚进行搏击的对抗性运动。“跆拳道”意味着象台风一样猛烈地、强劲地脚上的技术，“拳”是指用拳击打，“道”指道德修养。跆拳道以培养高尚情操、造就优秀品性为根基，在强身健体的同时更讲究感化人的心灵，它追求通过格斗技击的演练形式和坚持不懈的努力，促进身心健康的发展，陶冶情操，磨练意志，不断使人超越平凡，追求卓越，让生命具有永恒的活力。通过本课程的学习，使学生了解跆拳道的礼仪、文化、历史发展和基本理论知识。掌握规范基本技术、简单的攻防技术并能在实战中得以应用。同时增强学生体质、培养学生勇往直前、奋力拼搏、坚忍不拔、自强不息的精神，使学生产生自信心。在自信心的作用下培养学生忍耐克己的气质和正义感，通过忍耐克己帮助学生形成谦虚、纯朴的良好品质。

59、体育舞蹈

任课教师：苏文彩

公共选修课。体育舞蹈又称国际标准舞，二十世纪八十年代传入我国并得到迅速发展，尤其在高校得到普及，深受同学们的喜爱！体育舞蹈分为两大类：竞技性体育舞蹈和大众性体育舞蹈。大众性体育舞蹈又分为两类：社交舞和健身舞。社交舞包括：三步舞（华尔兹）、四步舞（布鲁斯即慢四、快步舞即快四、北京平四、伦巴、恰恰恰、水兵舞、探戈）。我们所要学的主要是大众性体育舞蹈中的社交舞——华尔兹、和四步舞。通过专业化训练和学习，它能使你拥有高雅的气质和不凡的风度，不但丰富同学们的业余生活，还能为你在今后日益激烈的竞争中多掌握一种社交技能。因为华尔兹具有“舞中皇后”的美称，它能使同学们在体育的音乐伴奏中，体会雕塑般的造型美，形体美。

60、瑜伽

任课教师：方珊

公共选修课。瑜伽起源于印度，流行于世界，是东方最古老的强身术之一。瑜伽是肉体与心智的自然修习系统，能增进脑部、脊柱、腺体与内部器官的健康能按摩不同部位的内脏器官，进而增加生命的活力。科学研究表明，瑜伽是很好的抗压运动，瑜伽呼吸法，改善心灵机能，延长生命力；通过各种体位调

整脊柱，增强柔韧性，减肥和保养皮肤；提升心理、精神能量，使情绪平和；排除体内毒素，减缓和消除各种慢性疾病。本课程将为同学们教授瑜伽呼吸法、各种体位法，能使同学们塑造健康身体，优美体态。

月 份		三				四					五				六				七	
周次 星期	一	二	三	四	五	六	七	八	九	十	十一	十二	十三	十四	十五	十六	十七	十八	十九	
	一		4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	1
二		5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9
三		6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	3	10
四		7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11
五		8	15	22	29	5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12
六		9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13
日	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14

教务处制

- 1、第 2-12 周为教学周，第 13 周为机动周，第 14 周为复习考试周。
- 2、第 15 周教师录入考试成绩。