

# 序

近两年，习近平总书记多次阐述了家庭教育的重要性。他指出，家庭是社会的基本细胞，是人生的第一所学校。家庭是孩子的第一个课堂，父母是孩子的第一个老师。家长要时时处处用正确行动、正确思想、正确方法教育引导孩子。帮助孩子长大后接过实现中华民族伟大复兴中国梦的“接力棒”，成为对国家和人民有用的人。习总书记曾经形象地阐述“价值观”，他说：“这就像穿衣服扣扣子一样，如果第一粒扣子扣错了，剩余的扣子都会扣错。人生的扣子从一开始就要扣好。”运用总书记的“衣扣论”观察现代教育结构，家庭教育则是教育的第一粒扣子。扣好家庭教育这个人生的第一粒扣子，至关重要。

2017年8月，常州市妇联、常州市教育局与常州开放大学联合成立了社区家长学校总校。总校致力于提高社区（村）家长学校的办学质量和教学水平，让社区真正成为指导与服务社区家庭教育主阵地，成为发展社区教育，引导市民终身学习，促进学习型家庭建设的重要推动力量，同时带动和帮助其他类型的家长学校共同发展，为促进全市家庭教育工作整体提升贡献智慧和力量。目前，常州市已经建立一支具有600多人的社区教育师资队伍，形成了一整套社区教育骨干教师的培养机制，打造了多个教师教学水平的提升平台。8个江苏省社区教育名师工作室、4个常州市社区教育名师工作室、35个特色项目工作室、10个常州市家庭教育工作室已经成为家庭教育师资的孵化地。

通过社区教育人的坚持、奉献、探索和创新，我们去年精心推出第一期社区家长学校家庭教育课程50门，受到了广大市民的热烈欢迎。今天，第二期社区家长学校家庭教育面授课程即将发布，本期课程共有50门，涉及家庭和谐、亲子关系、家长教育、性格养成、家风家训、学习引导、课外兴趣以及传统文化等八大类型，使我们的服务内容更加丰富多彩。

《礼记》中说“家齐然后治天下”。做好社区家庭教育工作，对稳定家庭，和谐社会，安定国家都是积极有益的，可谓利在当代，功在千秋。常州市社区家长学校总校建设的探索在不断前行中，相信在社会各界的关爱和支持下，社区家长学校总校在广大社区教育工作者的共同努力下，将结出越来越多的硕果。

顾锡宏

2018年12月



# 目 录

## 一、家庭和谐

- 爷爷奶奶的“孙子兵法” ..... 王红益 (1)
- 隔代家庭教育..... 孙和英 (2)
- 家庭关系处理技巧..... 缪周芬 (3)
- 让我们的家庭远离罪恶..... 纪 萍 (4)
- 如何处理婆媳关系..... 陈叶娣 (5)
- 婚姻家庭法律知识讲座..... 刘俊清 (6)

## 二、亲子关系

- 有效陪伴的黄金法则——和孩子一起成长..... 戴菊伟 (7)
- 学会和孩子沟通, 做孩子的知心朋友..... 万莉莉 (8)
- 亲子沟通技巧..... 吴柯颖 (9)
- 宝贝, 我该如何与你沟通..... 王清莲 (10)
- 用“心”与孩子交流, 做孩子的良师益友..... 陈叶娣 (11)
- 和孩子一起做手工..... 张 筠 (12)

## 三、家长教育

- 家庭婴幼儿早期教育..... 张建波 (13)
- 妈妈该懂得的心理学..... 朱 瑾 (14)
- 当好孩子的辅导老师..... 吴 吉 (15)
- 做个懂法、守法的理性妈妈..... 陈 莺 (16)
- 别以“爱”的名义阻碍孩子的成长..... 孙和英 (17)
- 赏识教育助孩子成长..... 吉 梅 (18)
- 孩子怎样安全度过青春期..... 朱 瑾 (19)

## 四、性格养成

- 好性格, 好人生..... 姚静娴 (20)
- 培养习惯 收获成功..... 朱 瑾 (21)
- 如何正确处理孩子的情绪..... 戴菊伟 (22)
- 如何培养小学生优秀习惯..... 顾锡宏 (23)
- 如何让青春期孩子教育不烦恼..... 顾锡宏 (24)
- 做阳光快乐的好孩子..... 仲红俐 (25)

少年英才家庭造..... 袁少柏 (26)

## 五、家风家训

和谐之家文脉长——明代乡贤、学者陆简家族故事..... 董农美 (27)

常州母教故事..... 董农美 (28)

弟子规与家庭伦理..... 许西惠 (29)

礼仪家风 幸福家庭..... 马学果 (30)

从《颜氏家训》里取教育真经..... 赵小花 (31)

借饮三瓢水——解读曾国藩家训..... 戴菊伟 (32)

## 六、学习引导

如何为孩子小学升初中做准备..... 顾锡宏 (33)

如何帮助孩子适应初中学习生活..... 顾锡宏 (34)

构筑孩子的心理安全..... 仲红俐 (35)

巧渡高考关..... 赵世俊 (36)

孩子上课走神怎么办..... 朱 瑾 (37)

激发孩子学英语的兴趣..... 王冬梅 (38)

## 七、课外兴趣

快乐绘本阅读, 促进孩子健康成长..... 常素梅 (39)

小学生口才与能力培训..... 何雪芬 (40)

带宝宝读读《千字文》..... 仲红俐 (41)

怎样让孩子爱上阅读..... 杨紫东 (42)

玩电子积木, 学电子知识..... 李梦军 (43)

厉害了, 我的火箭军..... 葛俊芬 (44)

## 八、传统文化

梦里彩虹——常州古桥风韵..... 戴菊伟 (45)

禅茶一味——佛学智慧与茶道文化..... 张卫军 (46)

民间刻纸..... 高 虹 (47)

常州锡剧名人趣事..... 高小花 (48)

“剑胆琴心·史良”——常州历史上的杰出女性漫谈..... 罗 静 (49)

学习《弟子规》, 拥抱幸福人生..... 徐玉琴 (50)

课程名称	爷爷奶奶的“孙子兵法”				
课程类别	家庭和谐类	课时	2	面向对象	普通市民
内容提要	<p>本课程针对当前年轻父母没时间带孩子又不放心爷爷奶奶带孩子，爷爷奶奶教育孩子方法缺失的社会问题。从生活细节出发，致力于引导爷爷奶奶更科学更快乐地带好孩子。</p> <p>4 个小故事教爷爷奶奶了解自己，是属于“麻雀型 牦牛型 狐狸型 狮子型”中的哪一类。爷爷奶奶的“孙子兵法”八招为您展示爷爷奶奶教育孩子的方法和谋略，以及爷爷奶奶如何与时俱进，和孩子的父母沟通交流等，是爷爷奶奶教育孩子的优秀借鉴材料。</p> <p>最后一曲《我爱爷爷奶奶》，让爷爷奶奶们倾听孩子的心声。</p>				
课程提纲					
一	调查导入，抛出问题 调查：爷爷奶奶级别的在家帮着带孩子的举手示意一下？共同的目标：带好孩子！				
二	摆出观点，强调优势 老人掌握科学的方法也能带好孩子：老人有丰富的育儿经验；“隔代亲”老人也有童心；老人的时间、精力都很充裕；社会阅历和人生感悟是教育孩子的资本和权威……				
三	对号入座，了解自己（4 个小故事助你了解自己）				
四	<p>“孙子兵法”教你八招</p> <p>（一）放开手，别让孩子有依赖心（不做宠坏孩子的罪魁祸首）</p> <p>（二）蹲下身来，倾听孩子的声音（听出孩子的“弦外之音”）</p> <p>（三）这样说，孩子才能更爱听（批评孩子也要讲技巧）</p> <p>（四）爷爷奶奶好榜样，教育孙子不发愁</p> <p>（五）尊重孩子，爷爷奶奶要用心</p> <p>（六）常带孩子出家门，呆在家里害处多</p> <p>（七）良好品格易塑造，爷爷奶奶早知道</p> <p>（八）教育孩子，祖辈父辈多沟通</p>				
五	《我爱爷爷奶奶》一首歌唱出娃娃心声，倾听孩子的心里话。				

主讲教师	王红益	性别	女	出生年月	1978 年 1 月
学历（位）	硕士研究生	职称职务	讲师	联系方式	13861069506
工作单位	武进社区学院				
研究方向	社区教育				

<b>课程名称</b>	<b>隔代家庭教育</b>				
<b>课程类别</b>	家庭和谐类	<b>课时</b>	2	<b>面向对象</b>	社区居民
<b>内容提要</b>	<p>随着社会高龄化趋势的形成，隔代教育现象愈来愈普遍。而隔代家长的素质远远落后于时代发展和孩子成长的要求。隔代教育作为一种客观存在的家庭教育方式，对孩子的个性发展有着极大的影响。所以，我们应该清楚地认识到隔代教育的利与弊，在发挥其教育优势的同时，摒弃种种负面影响，使孩子现有的家庭教育状况得以改进，让我们的孩子健康快乐地成长。</p>				
<b>课程提纲</b>					
一	隔代家庭教育的社会背景				
二	隔代家庭教育的基本特征				
三	隔代教育家庭孩子的心理特征				
四	隔代教育家庭的注意事项				
五	家庭和睦是家庭教育的根本				

<b>主讲教师</b>	孙和英	<b>性别</b>	女	<b>出生年月</b>	1956 年 10 月
<b>学历(位)</b>	大专	<b>职称职务</b>	二级心理咨询师	<b>联系方式</b>	13921077703
<b>工作单位</b>	常州天问教育咨询服务有限公司				
<b>研究方向</b>	家庭教育、心理咨询				

<b>课程名称</b>	<b>家庭关系处理技巧</b>				
<b>课程类别</b>	家庭和谐类	<b>课时</b>	2	<b>面向对象</b>	所有母亲
<b>内容提要</b>	母亲如何处理好家庭中与长辈、爱人、孩子的关系，为孩子营造一个和谐的家庭教育环境。在家庭中，善于处理各种关系，可以让家庭生活和谐，让孩子健康成长。				
<b>课程提纲</b>					
一	夫妻和谐相处的技巧 (一) 夫妻关系是家庭和谐的首要保证 (二) 父亲在孩子教育中的作用 (三) 当夫妻关系出现问题时				
二	亲子沟通的技巧 (一) 亲子沟通的三种形式 (二) 良好亲子沟通的技巧 (三) 亲子沟通的注意事项				
三	正确处理家庭中其他人的关系的技巧 (一) 正确处理婆媳关系 (二) 处理好娘家与婆家的关系				

<b>主讲教师</b>	缪周芬	<b>性别</b>	女	<b>出生年月</b>	1971 年 6 月
<b>学历(位)</b>	研究生(硕士)	<b>职称职务</b>	副教授 心理学研究所 副所长	<b>联系方式</b>	15061975356
<b>工作单位</b>	常州工学院				
<b>研究方向</b>	心理咨询学				

课程名称	让我们的家庭远离罪恶				
课程类别	家庭和谐类	课时	6	面向对象	社区居民
内容提要	以本市发生的真实案例为素材,剖析涉及情感婚姻、子女家庭等方面违法犯罪的原因及预防。				
<b>课程提纲</b>					
一	女性违法犯罪 (一) 女性自身的负面因素 (二) 如何面对社会阴暗面				
二	青少年违法犯罪 (一) 类型 (二) 原因(家庭原因、社会原因) (三) 家庭教育及防范				
三	涉及婚姻家庭的违法犯罪 (一) 两性情感方面的违法犯罪 (二) 家庭伦理方面的违法犯罪 (三) 财产经济方面的违法犯罪				

主讲教师	纪萍	性别	女	出生年月	1958年10月
学历(位)	本科	职称职务	国家高级 检察官	联系方式	13861239880
工作单位	常州市人民检察院宣传处				
研究方向	情感婚姻、子女家庭方面的违法犯罪				



<b>课程名称</b>	<b>如何处理婆媳关系</b>				
<b>课程类别</b>	家庭和谐类	<b>课时</b>	4	<b>面向对象</b>	社区居民
<b>内容提要</b>	<p>女性结婚后，面对的一大难题就是如何处理婆媳关系，如果婆媳关系不好，这个家定是鸡犬不宁，根本无幸福可言。因此，一个和睦的家庭，一定要有一个会处理婆媳关系的媳妇。本课程采用实际生活中的真实案例，从婆媳关系的重要性、婆媳关系建立的基础及方法等方面展开，促进构建和谐的婆媳关系。</p>				
<b>课程提纲</b>					
一	婆媳关系的重要性				
二	婆媳关系建立的基础				
三	婆媳角色的转换				
四	构建和谐婆媳关系的方法				

<b>主讲教师</b>	陈叶娣	<b>性别</b>	女	<b>出生年月</b>	1978 年 5 月
<b>学历(位)</b>	本科	<b>职称职务</b>	副教授 二级学院副 院长	<b>联系电话</b>	13606112319
<b>工作单位</b>	常州机电职业技术学院				
<b>研究方向</b>	心理健康教育、家庭教育、人际关系				

<b>课程名称</b>	<b>婚姻家庭法律知识讲座</b>				
<b>课程类别</b>	家庭和谐类	<b>课时</b>	12	<b>面向对象</b>	社区居民
<b>内容提要</b>	<p>家庭和谐是社会和谐的基础,所谓“治国”必先“齐家”。但是随着社会发展和经济进步,在婚姻家庭领域出现了许多新情况新问题:1、婚姻效力的认定——无效婚姻的法律后果;2、婚姻关系的终止及其后果——离婚财产的分割、子女的抚养;3、遗嘱的效力——房产遗产如何继承等等。</p> <p>通过对上述问题的讲解,以期给大家解疑释惑,对婚姻家庭关系中容易出现的矛盾或纠纷及早预防,或化解在萌芽状态,实现家庭的和谐。</p>				
<b>课程提纲</b>					
一	婚姻效力的认定 (一) 结婚的形式要件和实质要件 (二) 无效婚姻和可撤销婚姻及其法律后果 (三) 如何解除同居关系				
二	离婚时的财产分割 (一) 夫妻财产制度——婚前财产公证 (二) 夫妻共同财产的认定 (三) 夫妻购房父母出资离婚时的处理				
三	离婚后子女的抚养 (一) 子女抚养权的归属 (二) 离婚后子女姓名的变更 (三) 亲子关系的认定——非婚生子女的权益				
四	遗嘱的效力——房产如何继承 (一) 遗嘱的效力 (二) 遗产的范围 (三) 房产遗产继承如何办理				

<b>主讲教师</b>	刘俊清	<b>性别</b>	男	<b>出生年月</b>	1973年6月
<b>学历(位)</b>	法学硕士	<b>职称职务</b>	讲师 律师	<b>联系方式</b>	13775253179
<b>工作单位</b>	常州工学院				
<b>研究方向</b>	法社会学				

<b>课程名称</b>	<b>有效陪伴的黄金法则——和孩子一起成长</b>				
<b>课程类别</b>	亲子关系类	<b>课时</b>	2	<b>面向对象</b>	普通市民
<b>内容提要</b>	<p>美国皮尤研究中心的统计数据显示，家长陪伴孩子的有效时间，“及格线”为每周 21.2 小时。0-6 岁是孩子性格形成的关键期，此时的亲子陪伴尤其重要。做游戏也好，谈话也好，电话里也好，视频中也罢，总之一定要花时间“陪”孩子。“陪”可能不花钱或只花很少的钱，要紧的是彼此珍惜这份亲情流动的时光；忙永远只是借口，人们总是把时间用于自己认为最有价值的事上，你需要知道：陪伴孩子就是最有价值的事情！</p> <p>本课程教你如何有效“陪”孩子！</p>				
<b>课程提纲</b>					
一	<p>三个错误观念</p> <p>(一) 我哪有功夫陪你玩</p> <p>(二) 我不知道怎么陪孩子玩</p> <p>(三) 没有关注，没有支持的陪伴</p>				
二	<p>三大误区</p> <p>(一) 在一起就是陪伴</p> <p>(二) 有付出就是陪伴</p> <p>(三) 陪伴就是掌控</p>				
三	<p>三个要素</p> <p>(一) 明确孩子有陪伴需求</p> <p>(二) 放低姿态，全身心投入</p> <p>(三) 积极主动，不失威严</p>				
四	<p>(一) 孩子游戏时</p> <p>(二) 孩子学习时</p> <p>(三) 孩子发泄情绪时</p> <p>(四) 孩子提问时</p>				

<b>主讲教师</b>	戴菊伟	<b>性别</b>	女	<b>出生年月</b>	1976 年 3 月
<b>学历(位)</b>	硕士研究生	<b>职称职务</b>	副教授 心理咨询师	<b>联系方式</b>	13813565005
<b>工作单位</b>	武进开放大学				
<b>研究方向</b>	社区教育、青少年心理、传统文化等				

<b>课程名称</b>	<b>学会和孩子沟通，做孩子的知心朋友</b>				
<b>课程类别</b>	亲子关系类	<b>课时</b>	4	<b>面向对象</b>	社区居民
<b>内容提要</b>	有资料表明，在我国中小学中间，约 1/5 左右的孩子都存在着不同程度的问题，比如厌学、逃学、偷窃、说谎、自私、任性、焦虑、抑郁、耐挫力差等种种外显的和内隐的心理行为问题。这些心理问题严重地影响着孩子自身的健康发展。而随着社会经济的不断发展和生活节奏的加快，很多家长忽视了与孩子的沟通，忽视了对孩子心理需求的满足，以致于造成代沟，也造成很多家庭问题甚至社会问题。要解决孩子心理问题，使孩子的身心都得到健康的发展，前提是要学会和孩子沟通，做孩子的知心朋友。				
<b>课程提纲</b>					
一	耐心倾听 举现实生活的例子说明倾听对于孩子而言的重要性，告诉父母要耐心倾听、学会倾听。				
二	细心体会 用孩子的视角体会孩子的感受。要想引导孩子、教育孩子，首先要理解孩子，细心体会孩子的话，学会读懂孩子的心。				
三	平等对话 要多创造与孩子对话的机会。虚心向他们“请教”，做几回学生，让孩子真实地感受到平等。				
四	慎用批评 家长的批评最好从谈话开始，给孩子申辩的机会，倾听孩子的想法和理由。				
五	尊重宽容 沟通时，父母应以积极的态度来尊重孩子，认真地倾听他们的诉说，对诉说的内容要做出积极反映。当孩子有情绪发生时，不应马上批评，而应采取一种宽容的态度。要站在孩子的角度去看问题。在充分理解孩子的基础上与孩子进行沟通。				

<b>主讲教师</b>	万莉莉	<b>性别</b>	女	<b>出生年月</b>	1981年5月
<b>学历(位)</b>	硕士	<b>职称职务</b>	讲师	<b>联系方式</b>	13776877522
<b>工作单位</b>	常州社区大学(常州开放大学)				
<b>研究方向</b>	民商法、经济法				

<b>课程名称</b>	<b>亲子沟通技巧</b>				
<b>课程类别</b>	亲子关系类	<b>课时</b>	4	<b>面向对象</b>	社区家长
<b>内容提要</b>	<p>随着时代的发展，我们对家庭教育的重视程度也在逐步加强，逐渐认识到过去那种简单的关爱与呵护已经无法满足亲子之间的有效沟通，因为和孩子之间的沟通不仅需要爱心，还要讲究艺术。</p> <p>建立良好的亲子关系，对父母与孩子间的交流沟通很重要。亲子沟通是一门艺术，需要家长用心体会，在交流与沟通中探索有效方法和途径，不断提高沟通的水平。有效的亲子沟通是感情的粘合剂，能帮助父母和孩子建立起正确的“依恋模式”，使父母及时地了解到孩子的需要和状态，给予正确地指导和帮助。更重要的是，会给孩子带来一种安全感和归宿感，让孩子感受到父母的理解与关爱以及自己被重视。只要父母多动脑筋，注意一些沟通技巧，就不难达到轻松育儿这一目的。</p>				
<b>课程提纲</b>					
一	亲子沟通的概念简述				
二	亲子沟通的方法与技巧 如何改进与孩子沟通的技巧，如何使孩子勇于与他人沟通				
三	亲子沟通演练 如何通过成功的沟通发展你的孩子				

<b>主讲教师</b>	吴柯颖	<b>性别</b>	女	<b>出生年月</b>	1984 年 7 月
<b>学历(位)</b>	本科	<b>职称职务</b>	助讲	<b>联系方式</b>	13776833618
<b>工作单位</b>	常州卫生高等职业技术学校				
<b>研究方向</b>	汉语言文学、教育心理学				

<b>课程名称</b>	<b>宝贝，我该如何与你沟通</b>				
<b>课程类别</b>	亲子关系类	<b>课时</b>	4	<b>面向对象</b>	社区居民
<b>内容提要</b>	<p>随着年龄的增长,孩子与父母间的隔阂越来越大,交流的机会越来越少,本来和谐、融洽的父母与子女间的关系在某一阶段突然变得冷淡和疏远了。如何解决这一带有普遍性的社会问题呢?本课程在帮助家长充分认识不同时期孩子的心理特征的基础上,通过一些实际生活中的案例向家长传授一些与孩子交流的技巧,帮助家长与孩子进行日常的有效沟通,促进家长与孩子情感的交流。</p>				
<b>课程提纲</b>					
一	孩子在想什么 (一) 身体的变化 (二) 心理的变化				
二	家长在想什么 (一) 年龄的变化 (二) 压力变化				
三	孩子和家长的沟通 (一) 心理调试 (二) 语言技巧 (三) 非语言表达 (四) 环境创设 (五) 无障碍沟通				

<b>主讲教师</b>	王清莲	<b>性别</b>	女	<b>出生年月</b>	1980年3月
<b>学历(位)</b>	硕士研究生	<b>职称职务</b>	中教二级	<b>联系方式</b>	13275221015
<b>工作单位</b>	常州社区大学(常州开放大学)				
<b>研究方向</b>	高等教育、心理咨询				

<b>课程名称</b>	<b>用“心”与孩子交流,做孩子的良师益友</b>				
<b>课程类别</b>	亲子关系类	<b>课时</b>	1	<b>面向对象</b>	社区居民
<b>内容提要</b>	<p>每个家长都希望孩子“成龙,成凤”!但往往辛苦的付出却难有回报,对孩子倾注了全部的爱心,孩子不一定能够接受,在沮丧和失望之余,家长是否该静心反思一下,在孩子成长的过程中,应该怎样与孩子沟通才能成为孩子成长中人生道路上的良师益友。本课程在此给家长们谈谈如何与孩子合理沟通,做孩子的良师益友。</p>				
<b>课程提纲</b>					
一	<p>家庭教育的重要性</p> <p>(一) 案例分享</p> <p>(二) 家庭教育是教育人的起点和基点</p> <p>(三) 良好的家庭教育是当前社会发展的必要条件</p> <p>良好的家庭教育是优化孩子心灵的催化剂</p>				
二	<p>家庭教育的方法</p> <p>用“心”交流;平等尊重;赏识教育;共同分享;批评得当;正确引导</p>				

<b>主讲教师</b>	陈叶娣	<b>性别</b>	女	<b>出生年月</b>	1978年8月
<b>学历(位)</b>	大学本科	<b>职称职务</b>	讲师	<b>联系方式</b>	13606112319
<b>工作单位</b>	常州机电职业技术学院				
<b>研究方向</b>	职业教育				

<b>课程名称</b>	<b>和孩子一起做手工</b>				
<b>课程类别</b>	亲子关系类	<b>课时</b>	2	<b>面向对象</b>	社区居民
<b>内容提要</b>	您的孩子喜欢做手工吗？我们将从自然物造型、废旧材料造型两个板块，与您交流和孩子一起做手工的乐趣，让您既当孩子的家长，又做孩子的朋友。				
<b>课程提纲</b>					
一	利用自然物和孩子一起做手工 (一) 自然物的采取和利用 (二) 造型的方法与要点				
二	利用废旧材料和孩子一起做手工 (一) 废旧材料的收集 (二) 造型的方法				
三	示例 (一) 自然物手工作品示例 (二) 废旧物手工制品示例				

<b>主讲教师</b>	张筠	<b>性别</b>	女	<b>出生年月</b>	1967 年 2 月
<b>学历(位)</b>	大学本科	<b>职称职务</b>	讲师	<b>联系方式</b>	13506129991
<b>工作单位</b>	常州社区大学(常州开放大学)				
<b>研究方向</b>	学前教育、艺术欣赏				



<b>课程名称</b>	<b>家庭婴幼儿早期教育</b>				
<b>课程类别</b>	家长教育类	<b>课时</b>	32	<b>面向对象</b>	婴幼儿家长和其他养育者
<b>内容提要</b>	本课程主要介绍婴幼儿生理、心理系统发生发展的过程和规律,使家长及养育者掌握科学的婴幼儿早期教育基本理论,学会用科学的方法分析解决家庭中婴幼儿早期教育问题,提高家庭婴幼儿早期教育质量。				
<b>课程提纲</b>					
一	开发孩子的大脑功能 学习要求:了解家庭早期教育的科学原理,掌握婴幼儿发展的关键期。 学习内容:1.家庭早期教育的科学原理 2.心理发展的关键期				
二	影响婴幼儿发展的因素 学习要求:了解影响婴幼儿发展的主要因素和人文生态环境,掌握影响因素中的生物性因素和社会性因素。 学习内容:1.影响婴幼儿心理发展因素 2.影响婴幼儿心理发展的人文生态环境				
三	新生儿的发展与教育 学习要求:了解新生儿身体生长发育情况,掌握新生儿身体心理发展规律及教养措施。 学习内容:1.身体的生长发育及教育 2.脑与脑功能的发展及教育 3.心理的发展及教育 4.社会化发展及教育				
四	先学前期儿童的发展与教育 学习要求:了解先学前期儿童的生理、心理特点,并能根据其特点进行教育。 学习内容:1.先学前期儿童生理发展及教育 2.先学前期儿童动作发展及教育 3.先学前期儿童心理发展特点与教育				
五	幼儿的发展与教育 学习要求:了解幼儿身体和心理发展规律,并能根据幼儿发展特点采用科学的教育方法。 学习内容:1.身体和大脑的发展及教育 2.运动能力发展及教育 3.智力发展及教育 4.语言发展及教育				

<b>主讲教师</b>	张建波	<b>性别</b>	女	<b>出生年月</b>	1968年2月
<b>学历(位)</b>	大学本科	<b>职称职务</b>	教授 师范学院副院长	<b>联系方式</b>	15851954943
<b>工作单位</b>	常州工学院				
<b>研究方向</b>	学前教育基本理论、教师教育				

<b>课程名称</b>	<b>妈妈该懂得心理学</b>				
<b>课程类别</b>	家长教育类	<b>课时</b>	2	<b>面向对象</b>	儿童、青少年家长
<b>内容提要</b>	每个妈妈都希望自己的孩子健康、快乐地成长。可是怎样才能做到呢？这就需要妈妈从“陆地”走向“海洋”，走进孩子的内心世界，看看他们到底在想些什么。通过讲座帮助妈妈们了解孩子的内心活动。				
<b>课程提纲</b>					
一	13 岁前孩子的主要心理特点 (一) 孩子的心理特点 (二) 孩子的性格特点				
二	13 岁前妈妈们容易犯得错误 (一) 妈妈常常存在的不科学的教育观念 (二) 妈妈对待孩子时容易犯得错误				
三	妈妈和孩子沟通的方式 (一) 孩子不喜欢的沟通方式 (二) 妈妈可以这样和孩子沟通				

<b>主讲教师</b>	朱瑾	<b>性别</b>	女	<b>出生年月</b>	1967 年 3 月
<b>学历(位)</b>	大学本科	<b>职称职务</b>	副教授 图书馆馆长	<b>联系方式</b>	13915837766
<b>工作单位</b>	常州社区大学(常州开放大学)				
<b>研究方向</b>	儿童心理学、家庭教育、心理健康教育				

<b>课程名称</b>	<b>当好孩子的辅导老师</b>				
<b>课程类别</b>	家长教育类	<b>课时</b>	2	<b>面向对象</b>	初中生家长
<b>内容提要</b>	<p>作为家长，我们有着共同的天性，就是爱我们的孩子，希望我们的孩子能够快乐健康地成长！其实要让孩子好好成长，不能单靠老师和孩子的付出，家长的辅导教育也是非常重要的，如何正确辅导孩子学习，了解初中学习的特点，掌握正确的学习方法，以正确的方式引导孩子学习。</p>				
<b>课程提纲</b>					
一	辅导孩子的学习关键点 1. 教孩子不如教方法 2. 确定学习好的标准 3. 培养孩子的学习习惯 4. 帮孩子找到学习节奏				
二	辅导孩子预复习、做作业、考试 （一）辅导孩子预复习 （二）辅导孩子做作业 （三）辅导孩子考试				
三	辅导孩子度过学习的难关 （一）孩子在学习中可能遇到的问题 （二）如何帮助孩子度过学习的瓶颈				

<b>主讲教师</b>	吴吉	<b>性别</b>	女	<b>出生年月</b>	1979 年 12 月
<b>学历（位）</b>	教育硕士	<b>职称职务</b>	中教一级 校团委副书记	<b>联系方式</b>	13813548198
<b>工作单位</b>	常州市实验初级中学				
<b>研究方向</b>	心理健康教育（国家二级心理咨询师），青少年心理发展咨询、家庭情感咨询、人际关系拓展。				

<b>课程名称</b>	<b>如何做个知法、懂法、守法的好妈妈</b>				
<b>课程类别</b>	家长教育类	<b>课时</b>	4	<b>面向对象</b>	社区居民
<b>内容提要</b>	作为一名家长，了解未成年子女享有哪些法律上的权利，在家庭教育中，父母应当承担哪些责任和义务；另外，在和学校以及和他人的关系中，如果处理解决有关法律纠纷。				
<b>课程提纲</b>					
一	<p>未成年人的主要权利</p> <p>我国民法对民事行为能力的有关规定，结合实例介绍未成年人保护法中规定的权利。</p>				
二	<p>父母对孩子的监护责任</p> <p>监护责任既是权利也是义务，具体包括哪些内容，怎样行使。</p>				
三	<p>与学校 and 他人相处中法律纠纷的处理和解决</p> <p>（一）在学校学习生活中，主要法律纠纷的处理（包括校园伤害事故、学校是否有权开除、体罚学生等）</p> <p>（二）在与他人相处中，可能发生的法律纠纷的处理（包括未成年人造成他人人身或者财产损害的处理等）。</p>				

<b>主讲教师</b>	陈莺	<b>性 别</b>	女	<b>出生年月</b>	1976年10月
<b>学历（位）</b>	本科（硕士）	<b>职 称</b>	副教授	<b>联系电话</b>	13961291763
<b>工作单位</b>	常州社区大学（常州开放大学）				
<b>研究方向</b>	民商法				

课程名称	别以“爱”的名义阻碍孩子的成长				
课程类别	家长教育类	课时	2	面向对象	社区居民
内容提要	<p>过分的溺爱虽然是一种伟大的感情，却会使子女遭到毁灭。通过本课程的学习，使社区居民认识爱与溺爱的区别，了解优越的生活物质条件与欠缺的精神心理指导并存现象的原由，帮助家长用有利于孩子成长的方式来正确对待孩子，并学会爱孩子。</p>				
<b>课程提纲</b>					
一	当爱泛滥成灾 溺爱				
二	当爱变成负担 沉重的爱				
三	当爱孩子变成爱自己 虚假的爱				
四	典型现象 案例呈现 问题原由 应对策略				

主讲教师	孙和英	性别	女	出生年月	1956 年 10 月
学历(位)	大专	职称职务	二级心理咨询师	联系方式	13921077703
工作单位	常州天问教育咨询服务有限公司				
研究方向	家庭教育、心理咨询				

<b>课程名称</b>	<b>赏识教育助孩子成长</b>				
<b>课程类别</b>	家长教育类	<b>课时</b>	8	<b>面向对象</b>	社区家长
<b>内容提要</b>	<p>孩子犹如树苗，须培养得宜，方能发芽滋长。若是幼年受了损伤，即不夭折，也难成材。</p> <p>为人父母常纠结于“望子成龙”和“恨铁不成钢”，感叹“教子无方”。</p> <p>本课程从“赏识”的视角出发，分析青少年的心理特征，解析家庭教育不当的案例，提出要善于发掘孩子的天赋，关注孩子的优点和长处，通过充分肯定、正面强化的做法，让孩子在自信、快乐的环境中成长。</p>				
<b>课程提纲</b>					
一	逆反有理 1. 青春期孩子的一般心理特点 2. 初中生对父母的反抗，按其性质可分为三种情况 3. 初中生逆反的具体表现				
二	顺势而为 4. 家长如何看待孩子的逆反心理和逆反行为？ 5. 家长如何对待孩子的逆反心理和逆反行为？				
三	案例解析 案例 1：“大脑图片” 案例 2：“令人发疯的安静” 案例 3：“奇异的肚子痛”				
四	“赏识”宝典 1. 积极心理暗示 2. 正强化				

<b>主讲教师</b>	吉梅	<b>性别</b>	女	<b>出生年月</b>	1958 年 8 月
<b>学历(位)</b>	本科	<b>职称职务</b>	副教授	<b>联系方式</b>	13815020829
<b>工作单位</b>	常州机电职业技术学院梅林阳光工作站				
<b>研究方向</b>	应用心理学				

课程名称	孩子怎么安全渡过“青春期”				
课程类别	家长教育类	课时	2	面向对象	初中生家长
内容提要	<p>孩子的青春期很重要，是孩子人生观，世界观形成的阶段，因此父母要格外关注。了解青春期的生理、心理特点，重视关注孩子青春期的交往，学会和处在青春期的子女相处，让孩子顺利度过青春期是这个时期的父母非常重要的课题。</p>				
<b>课程提纲</b>					
一	<p>青春期少年的生心变化特点</p> <p>(一) 青春期的生理变化</p> <p>(二) 青春期的心理变化</p>				
二	<p>青春期少年的交往</p> <p>(一) 同性交往</p> <p>(二) 异性交往</p> <p>1. 原则 2. 恋爱问题 3. 家长的态度和方法</p>				
三	<p>青春期少年的自我保护</p> <p>(一) 当前存在的主要威胁</p> <p>1. 网络 2. 交往的诱惑</p> <p>(二) 自我保护的方法</p> <p>1. 家长的教育 2. 多了解社会 3. 防范意识</p>				

主讲教师	朱瑾	性别	女	出生年月	1967年3月
学历(位)	本科(学士)	职称职务	副教授 图书馆馆长	联系方式	13915837766
工作单位	常州社区大学(常州电大)				
研究方向	儿童心理学、教育心理学、心理健康教育				

课程名称	好性格 好人生				
课程类别	性格养成类	课时	4	面向对象	社区居民、干部
内容提要	<p>与命运抗争的人，自身的性格往往会俯首称臣，在性格上俯首称臣的人，命运往往会捉弄人。一个人能否成功的关键，不在于受教育程度的高低，也不在于工作经验和丰富与否，关键在于能否准确识别并全力发挥其性格的优势与天赋。只要为性格选对了职业，每一种性格都能成功。性格虽然不能完全征服一个人，但可以左右或决定一个人的命运。牛顿说：“尽管人们把性格看成是先天的，但它仍旧是自我修养的结果。我们不可能生来就固定了某种性格。可近、可亲、富有魅力的性格，是靠自己慢慢培养起来的。”从某种意义上讲，逐步完善自己的性格，就能改变自己的人生。一个人能否成功的关键，不在于受教育程度的高低，也不在于工作经验的丰富与否，关键在于能否准确识别并全力发挥自己性格的优势。</p>				
<b>课程提纲</b>					
一	<p>性格与人生的关系</p> <p>1、人物命运看性格：项羽输在了性格上；八戒虽然很丑，但是很温柔</p> <p>2、好性格是一份终身保险单，性格之舵与命运之舟</p>				
二	<p>顺应性格中的优势</p> <p>1、如何了解自己的性格      2、顺应自己的天赋和能力</p> <p>3、做自己喜欢做的事情      4、可以平凡，但不可以平庸</p> <p>5、每一种性格都能成功</p>				
三	<p>激发生命中的潜能</p> <p>1、你想什么，什么就是你      2、危机中爆发的超人能量</p> <p>3、信念：潜能激发的途径      4、不放弃任何一个机会</p> <p>5、失败是一种不凡的经验</p>				
四	<p>提升你的个性魅力</p> <p>1、人格的魅力是无穷的      2、演绎自己快乐的人生</p> <p>3、热忱是心中的一支火炬      4、微笑是一道灿烂的风景</p>				

主讲教师	姚静娴	性别	女	出生年月	1966年
学历(位)	本科(学士)	职称职务	副教授	联系电话	13813665927
工作单位	常州工学院师范学院				
研究方向	心理学    心理健康教育				



课程名称	培养习惯 收获成功				
课程类别	性格养成类	课时	4	面向对象	社区家长
内容提要	成功教育从习惯养成开始。教育的核心不只是传授知识,而是学会做人。习惯是一个人存放在神经系统的资本。一个人养成好的习惯,一辈子都用不完它的“利息”。孩子好习惯的培养是一个漫长的过程。作为孩子第一任老师的母亲,在孩子习惯培养上承担着极为重要的责任,孩子的习惯必须从小培养,遵循管、教、疏、导的原则,从遵守规则开始,从日常生活起步直到良好学习学习习惯的养成,必须持之以恒,注意方式方法,以身作则。				
<b>课程提纲</b>					
一	好习惯让你受益一辈子 通过大学生应聘的故事告诉你从小培养好习惯的重要性				
二	习惯培养从小开始,管、教、疏、导是原则 (一) 管理、教导在学龄前 (二) 疏通、引导在青春期				
三	培养习惯从执行家规开始 (一) 什么是家规 (二) 家规的根本内容是什么 (三) 如何执行家规				
四	科学引导孩子养成良好的学习习惯 (一) 如何培养 (二) 培养哪些习惯				
五	结语和互动				

主讲教师	朱瑾	性 别	女	出生年月	1967年3月
学历(位)	本科(学士)	职称职务	副教授 图书馆馆长	联系电话	13915837766
工作单位	常州社区大学(常州电大)				
研究方向	儿童心理学、教育与发展心理、心理健康教育				

<b>课程名称</b>	<b>如何正确处理孩子的情绪</b>				
<b>课程类别</b>	性格养成类	<b>课时</b>	2	<b>面向对象</b>	普通市民
<b>内容提要</b>	<p>当你拒绝给孩子买玩具时，他会哭闹不止，甚至在地上打滚时；当你批评孩子，他嚎啕大哭时；当孩子因为在团体游戏中因落败而大发雷霆时；当孩子不能控制游戏时间，被你强行制止后愤怒时；当孩子满口脏话，不接受你的大道理时；当孩子对你的训诫无动于衷时，你是不是感觉很尴尬？你会不会觉得孩子竟然这么无理取闹？你会不会觉得恨铁不成钢？孩子的情绪是不是常常让你手足无措？本课程将教你探寻还在情绪背后的原因，以及如何正确处理孩子的情绪！</p>				
<b>课程提纲</b>					
一	<p>常犯的处理情绪的错误</p> <p>(一) 负面情绪的正面意义</p> <p>(二) 了解孩子的情绪和背后的意义</p> <p>(三) 常见的情绪反应</p> <p>(四) 家长十个处理情绪常犯的错误</p>				
二	<p>正确处理情绪的方法和步骤</p> <p>(一) 家长模范情绪处理的方法</p> <p>(二) 情绪处理的最佳方式及步骤</p>				
三	<p>处理具体情绪问题的具体方法</p> <p>(一) 如何处理孩子歇斯底里地哭</p> <p>(二) 如何处理孩子发脾气或愤怒</p> <p>(三) 如何处理孩子伤害自己、别人或掷物件</p> <p>(四) 如何处理孩子不停用武力</p> <p>(五) 当孩子“无理取闹”时</p> <p>(六) 当孩子与心爱的人事物分离时</p> <p>(七) 当你火冒三丈时</p>				

<b>主讲教师</b>	戴菊伟	<b>性别</b>	女	<b>出生年月</b>	1976 年 3 月
<b>学历(位)</b>	硕士研究生	<b>职称职务</b>	副教授	<b>联系方式</b>	13813565005
<b>工作单位</b>	武进开放大学				
<b>研究方向</b>	社区教育、青少年心理、传统文化等				

课程名称	如何培养小学生优秀习惯				
课程类别	性格养成类	课时	2	面向对象	小学生及家长
内容提要	从幼儿园升入小学，标志孩子正式进入正规学校教育阶段。小学阶段的教育极其重要，是孩子养成良好品德与优秀习惯的关键时期，也是家长家庭教育的有效期，家长和学校都应重视和做好这阶段的教育。				
<b>课程提纲</b>					
一	家庭教育重要性：你爱孩子吗？你是怎样爱孩子的？你会做家长吗？你认为对孩子一生发展影响最大的角色是谁？				
二	家庭教育有效期：家庭教育的“黄金时期”，对孩子的心灵成长、价值观形成有重要影响。[案例分析]				
三	教育就是培养好习惯：教会孩子做人、做事、生活、学习的习惯，对孩子一生受用。[案例分析]				
四	培养学习习惯是家长的重要责任：家长是孩子养成优秀学习习惯的重要引导者。[案例分析]				
五	家庭教育的原则：家庭教育的几个黄金法则。				

主讲教师	顾锡宏	性别	男	出生年月	1965年11月
学历	大学本科	职称职务	校长 副教授	联系电话	18961163566 13961123566
工作单位	常州开放大学				
研究方向	家庭教育、心理辅导与学习方法指导、思想政治教育				

课程名称	如何让青春期孩子教育不烦恼				
课程类别	性格养成类	课时	2	面向对象	初中生家长、社区居民
内容提要	<p>青春期是孩子从童年向青年成年人过渡的一个重要时期，是问题与矛盾多发期、教育困难期，也是孩子思想道德行为与人生价值观的形成关键期。这个时期孩子的可塑性大，学校与家庭都要重视孩子青春期教育，促使孩子健康发展。</p>				
<b>课程提纲</b>					
一	孩子青春期的特点有哪些？①生理发育特点 ②心理发展特点				
二	青春期孩子成长的需求是什么？				
三	<p>如何帮助青春期孩子提高学业（学习成绩）？</p> <p>孩子为什么会厌学？</p>				
四	青春期孩子教育的原则是什么？				
五	应重点关注青春期孩子的几种不良倾向。				

主讲教师	顾锡宏	性别	男	出生年月	1965 年 11 月
学历	大学本科	职称职务	校长 副教授	联系电话	18961163566 13961123566
工作单位	常州开放大学				
研究方向	家庭教育、心理辅导与学习方法指导、思想政治教育				

课程名称	做阳光快乐的好孩子				
课程类别	性格养成类	课时	2	面向对象	社区中小學生
内容提要	<p>在我们的日常生活中，面对同样的事情，有的人会产生积极情绪，有的人会产生消极情绪。那么，我们的积极情绪被谁偷走了？我们应该怎么解决这些问题呢？怎样才能让自己开心起来呢？本次讲座将介绍给中小學生朋友们提高积极情绪的十个方法，帮其培养生活中的积极情绪，构建健全的人格。</p>				
<b>课程提纲</b>					
一	<p>什么是积极情绪？ 积极情绪和消极情绪的含义</p>				
二	<p>积极情绪的魔法 积极情绪和消极情绪的作用</p>				
三	<p>我们的积极情绪被谁偷走了？ 1. 学习压力大 2. 同学之间关系不好 3. 家庭关系不和谐</p>				
四	<p>提高积极情绪的十个方法 感受爱、敬佩他人、分享自豪、表达感激、培养兴趣、学会逗趣、激励自我、丰收喜悦、沐浴宁静、永怀希望</p>				
五	<p>总结 介绍三个快乐小贴士</p>				

主讲教师	仲红俐	性别	女	出生年月	1985年5月
学历	研究生	职称职务	讲师	联系电话	13776836329
工作单位	常州开放大学				
研究方向	教育管理、心理学				

<b>课程名称</b>	<b>少年英才家庭造</b>				
<b>课程类别</b>	性格养成类	<b>课时</b>	4	<b>面向对象</b>	社区居民
<b>内容提要</b>	一般家长都是在没有或很少的家庭儿童教育经验的情况下,仓促的承担起教育孩子的重担,对孩子赋予很高的期望同时,不少不合适的教育方法又扼杀了孩子的快乐童年和成长希望,本课程意在通过简单的故事和合适的方法来引导家长争取时间,开发孩子的未来,培养天才的孩童和家庭的希望。				
<b>课程提纲</b>					
一	培养健康的身心 (一) 食物 (二) 环境 (三) 音乐 (四) 卫生				
二	开发儿童智力 (一) 重复教育 (二) 训练五官 (三) 认字的最佳时间 (四) 如何学习外语 (五) 绘画开发右脑				
三	培养儿童习惯 (一) 专心致志 (二) 珍惜时间 (三) 精益求精 (四) 坚持不懈 (五) 追求真理的奉献				
四	性格就是能力 (一) 自立能力 (二) 自信心 (三) 心理承受能力 (四) 勇气的价值 (五) 战胜自我				
五	指导孩子选择朋友 (一) 参与孩子的游戏 (二) 与其他孩子的接触 (三) 把握游戏的尺寸 (四) 与差孩子的相处 (五) 与好孩的相处				
六	有效的惩罚手段 (一) 适当的“暴力” (二) 有效的惩罚手段 (三) 处理孩子发脾气				

<b>主讲教师</b>	袁少柏	<b>性别</b>	男	<b>出生年月</b>	1972年5月
<b>学历</b>	本科	<b>职称职务</b>	中学一级	<b>联系电话</b>	13685286707
<b>工作单位</b>	常州旅游商贸高职校				
<b>研究方向</b>	德育 思想政治教育				

课程名称	和谐之家文脉长——明代乡贤、学者陆简家族故事				
课程类别	家风 家训 类	课时	2	面向对象	常州市民
内容提要	明代，天宁区青龙街道有个村子叫陆家塘，那时叫丰西乡，村里有个陆姓的家族，七代出了十一个进士。这个家族爱好读书，家庭和睦，女性懂得教育孩子，延续家族美德传统；男性知道报效国家，品德高尚。其中第三代探花陆简，一生努力，不断升官，最后成为皇帝的讲师，太子的老师。著有《龙皋文集》十九卷。祖孙两还进入了常州先贤祠，被常州府郡守春秋祭奠。值得大家学习！				
<b>课程提纲</b>					
一	陆家源流 (一) 声誉卓著、品德高尚——祖父陆渊 (二) 勤劳贤淑 母教楷模——祖母李宜人 (三) 气度弘深 温茂敦慎——父亲陆恺 (四) 母教榜样、慈母贤妻——母亲徐智贞				
二	陆家祖籍地考证 (一) 关于明代的永丰西乡 (二) 关于青龙乡 (三) 《武进阳湖合志》里的陆渊、陆简事				
三	关于和贤陆简 26 个故事 1. 梦桃降生      2. 陆家源流      3. 少年奇才      4. 孝子义举 5. 力拔头筹      6. 念祖复姓      7. 年轻任重      8. 孝敬叔父 9. 家庭和睦      10. 经史名家      11. 儒学大师      12. 屡受封赏 13. 主考两试      14. 酷爱读书      15. 感念乡贤      16. 步步高升 17. 英年早逝      18. 姿貌秀伟      19. 严于律己      20. 宽厚仁爱 21. 深受推崇      22. 待友如兄      23. 奋进终身      24. 皇恩浩荡 25. 家庭承传      26. 诗文传世				

主讲教师	董农美	性别	女	出生年月	1961年11月
学历	本科	职称职务	副教授	联系电话	13861020505
工作单位	常州开放大学				
研究方向	社区教育、家庭教育、职业素养、写作技能等等				

<b>课程名称</b>	<b>常州母教故事</b>				
<b>课程类别</b>	家风家 训类	<b>课时</b>	2	<b>面向对象</b>	常州市民
<b>内容提要</b>	常州被世人称为“名士之城”。历史上的常州学派、常州词派、常州画派、阳湖文派、孟河医派，无一不蕴含着母亲们对名士们的哺育与培养。从民间教育中吸取智慧，为后人的教育增添新鲜的活力，是我们义不容辞的责任。				
<b>课程提纲</b>					
一	瞿秋白的哀伤 (一) 母亲的教诲 (二) 永诀的日子				
二	恽代英的启蒙老师 (一) 母亲的启蒙 (二) 母亲的爱永远难忘				
三	张太雷的传统母亲 (一) 张太雷的童年 (二) 母亲的选择				
四	张惠言、张琦的母亲 (一) 家道中落 (二) 母亲的选择				
五	刘逢禄的母亲 (一) 宦宦世家 (二) 亲自教子				
六	洪亮吉的母亲 (一) 贫苦不离读书 (二) 培养孝顺儿子				
七	陆简的祖母与母亲 (一) 严以自律的女性 (二) 盼子出息、盼夫共荣				

<b>主讲教师</b>	董农美	<b>性别</b>	女	<b>出生年月</b>	1961 年 11 月
<b>学历</b>	本科	<b>职称职务</b>	副教授	<b>联系电话</b>	13861020505
<b>工作单位</b>	常州开放大学				
<b>研究方向</b>	社区教育、家庭教育、职业素养、写作技能等等				



课程名称	《弟子规》与家庭伦理				
课程类别	家风家训类	课时	2	面向对象	社区学生
内容提要	<p>《弟子规》是一种流传广泛、影响深远的蒙学读物。孔子说过这么一段话：“弟子入则孝，出则弟，谨而信，泛爱众而亲仁。行有余力，则以学文。”《弟子规》就具体阐述了这段话的含义，先后有序地讲解了学童们孝敬父母、关爱兄弟、尊敬长辈、修身养性、为人处世、读书求学的基本生活规范。学习诵读《弟子规》，构建中国传统家庭伦理在现代家庭教育模式和青少年家庭道德教育中的重要作用，指导、引导孩子学习做人的道理。</p>				
<b>课程提纲</b>					
一	入则孝，尊重父母				
二	泛爱众，博爱心				
三	行有余力，则以学文				
四	勤奋严谨、生活有序				
五	诚信克己、慎言向善				
六	见善思齐，仁德日进				

主讲教师	许西惠	性别	女	出生年月	1969年12月
学历	大学	职称职务	副教授	联系电话	13861193798
工作单位	常州机电职业技术学院				
研究方向	道德经与现代生活				

课程名称	礼仪家风 幸福家庭				
课程类别	家风家训类	课时	1	面向对象	中老年人
内容提要	现代社会文明先行，讲礼奉仪，和谐人生，让家庭成员都有一种礼化，从而提高家庭幸福指数。				
<b>课程提纲</b>					
一	优秀家庭的五个标准				
二	礼仪家风立身立业				
三	幸福，就在心底				
四	互动交流				

主讲教师	马学果	性别	男	出生年月	1971 年 2 月
学历（位）	硕士研究生	职称职务	副教授 系部主任	联系方式	13775618601
工作单位	常州刘国钧高等职业技术学校				
研究方向	现代家庭建设教育				

<b>课程名称</b>	<b>从《颜氏家训》里取教育真经</b>				
<b>课程类别</b>	家风家训类	<b>课时</b>	2	<b>面向对象</b>	社区居民
<b>内容提要</b>	《颜氏家训》是我国历史上第一部内容丰富、体系宏大的家训，也是一部学术著作。阐述立身治家的方法，其内容涉及许多领域。颜之推在其家训中全面阐发了他关于教育，特别是家庭教育的思想。本讲座结合当今家庭教育的积弊，力求用最短的时间，带您领略颜之推的经典教育思想，树立家庭教育中科学观念，掌握家庭教育的正确做法。				
<b>课程提纲</b>					
一	《颜氏家训》简介 (一) 颜之推其人轶事（从小接受良好的教育；职业生涯曲折——回归家庭，著书立说） (二) 《颜氏家训》的历史地位				
二	及早施教, 勿失时机 (一) 阐释观点 (二) 早教建议——重点：抓住孩子成长中的关键期 (三) 胎教建议 (四) 活到老，学到老的好处。				
三	慈严相济, 均爱勿偏 (一) 阐释观点，引用历史故事说明观点 (二) 慈严相济的成功做法 (三) 均爱勿偏的成功做法				
四	熏泽陶染, 潜移默化 (一) 阐释观点 (二) 为孩子选择良好的成长环境 (三) 为孩子树立良好的榜样				
五	须由天分, 娱心畅情 (一) 阐释观点 (二) 盲目为孩子报考兴趣辅导班和考级考证的坏处 (三) 如何培养孩子的艺术兴趣				
六	其他 语言教育、道德教育、志向教育				

<b>主讲教师</b>	赵小花	<b>性别</b>	女	<b>出生年月</b>	1980年9月
<b>学历(位)</b>	硕士研究生	<b>职称职务</b>	讲师	<b>联系方式</b>	13616112051
<b>工作单位</b>	常州开放大学				
<b>研究方向</b>	教育管理、心理健康教育				

课程名称	借饮三瓢水——解读曾国藩家训				
课程类别	家风家训类	课时	2	面向对象	普通市民
内容提要	<p>曾国藩，晚清重臣，著名的军事家、理学家、政治家、书法家、文学家、湘军创立者和统帅者。由于他实现了儒家修身、齐家、治国、平天下的人生理想，完成了立德、立功、立言“三不朽”的伟大事业，被誉为“中兴第一名臣”、“中华千古第一完人”。曾家人人刻苦自立，自强不息，和穷人一样克勤克俭操持家务，坚持体力劳动，发奋半耕半读，从而磨练出一副钢筋铁骨，加上知书达理、德才兼备，随时可以应对恶劣环境。所以历经百年，改朝换代，内战外患，天灾人祸，唯曾氏门第欣欣向荣。如此人才辈出的家族，他们的家庭教育有很多精华值得我们借鉴。通过解读《曾国藩家书》，我们能从中受到一定的启发。</p>				
<b>课程提纲</b>					
一	安身立命之根本				
二	流产的曾氏家训				
三	为官之道——稳慎自律、刚柔并济、进退有度、结网天下				
四	为人之道——戒傲戒惰、孝悌为本、进德修业、和睦第一（修身十二款）				
五	为学之道——立志、虚心、慎独（读书之道一二三四）				

主讲教师	戴菊伟	性别	女	出生年月	1976年3月
学历(位)	硕士研究生	职称职务	副教授 心理咨询师	联系方式	13813565005
工作单位	武进开放大学				
研究方向	社区教育、青少年心理、传统文化等				

<b>课程名称</b>	<b>如何为孩子小学升初中做准备</b>				
<b>课程类别</b>	学习引导类	<b>课时</b>	2	<b>面向对象</b>	小学五、六年级家长
<b>内容提要</b>	小学升初中是孩子人生中第一个重要的转折点，小学毕业意味着人生第一个学习阶段的结束，也意味着孩子告别童年进入青少年阶段，家长应为孩子小学升入初中做准备，引导孩子迈好青春第一步。				
<b>课程提纲</b>					
一	充分认识六年级（毕业班）的重要性。 六年级很关键，承上启下，升初中将步入青春期。				
二	六年级（毕业班）的学习特点与要求。				
三	六年级（毕业班）必须养成的习惯与能力。				
四	六年级孩子教育的方法与策略：六大原则与建议。				

<b>主讲教师</b>	顾锡宏	<b>性别</b>	男	<b>出生年月</b>	1965年11月
<b>学历</b>	大学本科	<b>职称职务</b>	校长 副教授	<b>联系电话</b>	18961163566 13961123566
<b>工作单位</b>	常州开放大学				
<b>研究方向</b>	家庭教育、心理辅导与学习方法指导、思想政治教育				

<b>课程名称</b>	<b>如何帮助孩子适应初中学习生活</b>				
<b>课程类别</b>	学习引导类	<b>课时</b>	2	<b>面向对象</b>	初一学生及家长
<b>内容提要</b>	小学生升入初中，就像小鱼从江河游入大海，有一个适应过程。初中是小学与高中的过渡阶段，也是人生第一个重要的转变点，初中阶段孩子已进入青春期，长身体、长知识、长能力，是思想品德、健康人格养成的关键时期，是为整个中学学习奠定基础的关键阶段。家长应重视初中阶段的教育，帮助孩子迈好青春第一步。				
<b>课程提纲</b>					
一	适应新要求：学习科目、学习时间、学习要求、成绩考核、自主管理等。				
二	明确新目标：目标——计划——策略——行动。 进入初中一切归零，重新开始。				
三	掌握新方法：重点环节的方法包括预习、听课、作业、复习、考试。[案例分析]				
四	培养好品质：好学的精神、负责的态度、坚强的性格、阳光的心态、自主的管理。				

<b>主讲教师</b>	顾锡宏	<b>性别</b>	男	<b>出生年月</b>	1965 年 11 月
<b>学历</b>	大学本科	<b>职称职务</b>	校长 副教授	<b>联系电话</b>	18961163566 13961123566
<b>工作单位</b>	常州开放大学				
<b>研究方向</b>	家庭教育、心理辅导与学习方法指导、思想政治教育				

课程名称	构筑孩子的心理安全				
课程类别	学习引导类	课时	2	面向对象	社区家长
内容提要	所有孩子身上表现出来的所谓的问题,本质上都是家长自己的问题。每个父母都是爱孩子的,真正的问题是该如何去爱。本次课用科学的知识,结合生活中的例子,来让家长朋友们意识到孩子需要怎样的心理安全,怎样给孩子足够的心理安全。				
<b>课程提纲</b>					
一	家庭教育的困惑 (一) 为什么你越忙孩子越烦你? (二) 为什么孩子会一边和你争吵一边要你抱? (三) 为什么你的孩子不像别的孩子那样听话? (四) 为什么孩子不愿意真心回答你的问题?				
二	什么是安全感及其来源? 孩子最强的安全感来源于父母的和谐相处				
三	孩子没有安全感会怎么样? 心理冲突、人格失调等				
四	如何为孩子提供安全感——父母要先自省、改变自己 (一) 对孩子无条件接纳 (二) 弄清问题背后的真正原因 (三) 进行温和而坚持的正面管教 (四) 不要刻意在孩子面前伪装				
五	几个残酷又存在的真相				
六	书目推荐——武志红《为何家会伤人》、《为何爱会伤人》				

主讲教师	仲红俐	性别	女	出生年月	1985 年 5 月
学历	硕士	职称职务	讲师	联系电话	13776836329
工作单位	常州开放大学				
研究方向	教育学、心理学(国家二级心理咨询师)				

课程名称	巧渡高考关				
课程类别	学习引导类	课时	2	面向对象	高三学生家长
内容提要	<p>高考对于一个人来说是一次重要的人生选择。对于生理和心理还都不成熟的考生，他们面临高考时会有怎样的心理状态，常会出现哪些问题。作为家长，应该具备怎么的心理素质，需要掌握哪些教育的技能与技巧，以帮助考生渡过这一重要时期。讲座浅显易懂，操作性强。</p>				
<b>课程提纲</b>					
一	<p>高三学生心理状况分析</p> <p>(一) 考生心理状态自评</p> <p>(二) 常见的问题考生类型</p>				
二	<p>父母如何帮助高考的孩子</p> <p>(一) 正确对待高考学生</p> <p>(二) 确定合理期望值</p> <p>(三) 多鼓励，少比较</p> <p>(四) 引导孩子正确归因</p> <p>(五) 指导复习应考</p>				

主讲教师	赵世俊	性别	男	出生年月	1964 年
学历(位)	本科(学士)	职称	中学高级	联系方式	15961180101
工作单位	常州高级中学				
研究方向	心理教育				



<b>课程名称</b>	<b>孩子上课走神怎么办</b>				
<b>课程类别</b>	学习引导类	<b>课时</b>	4	<b>面向对象</b>	0-10岁儿童家长
<b>内容提要</b>	所谓的走神，就是在进行某件事情的时候，注意力却跑到别的方面去。走神表现在孩子身上就是上课或自学时经常注意力不集中，想一些与学习无关的事情。事实上，许多孩子上课时，还是容易走神。我将告诉你孩子为什么会分心，该怎么解决！				
<b>课程提纲</b>					
一	孩子上课走神的原因 (一) 能力发展失衡 (二) 注意力不集中 (三) 环境因素 (四) 学习类型与习惯				
二	提升孩子注意力的策略 (一) 提升听知觉 (二) 提升运动知觉 (三) 提升口头表达能力				
三	训练孩子注意力的游戏介绍 (一) 快乐拍手游戏 (二) 找找敌人在哪 (三) 听音辨物 (四) 大脑储藏室				

<b>主讲教师</b>	朱瑾	<b>性别</b>	女	<b>出生年月</b>	1967年3月
<b>学历(位)</b>	本科(学士)	<b>职称职务</b>	副教授 图书馆馆长	<b>联系方式</b>	13915837766
<b>工作单位</b>	常州社区大学(常州电大)				
<b>研究方向</b>	儿童心理学、教育心理学、心理健康教育				

<b>课程名称</b>	<b>激发孩子学英语的兴趣</b>				
<b>课程类别</b>	学习引导类	<b>课时</b>	3	<b>面向对象</b>	社区家长
<b>内容提要</b>	本课程主要面向社区各位家长介绍有关培养孩子学英语的兴趣的方法和注意事项,使各位家长能够当好孩子的第一个英语启蒙教师,并能充分激发孩子的英语学习热情,使英语能力成为孩子的一项基本技能。				
<b>课程提纲</b>					
一	英语在中国的发展趋势				
二	孩子学英语的可塑性和必要性				
三	家长在激发孩子学习英语的过程中可能遇到的困难				
四	激发孩子学习英语的方式、方法				
五	小结				

<b>主讲教师</b>	王冬梅	<b>性别</b>	女	<b>出生年月</b>	1980年10月
<b>学历(位)</b>	硕士	<b>职称职务</b>	讲师	<b>联系方式</b>	13915018247
<b>工作单位</b>	常州社区大学(常州电大)				
<b>研究方向</b>	英语语言学				

课程名称	快乐绘本阅读，促进孩子健康成长				
课程类别	课外兴趣类	课时	2	面向对象	年轻父母或隔代教育中的老人
内容提要	<p>阅读是幼儿和儿童内心的需要。在平常生活中年轻父母或者隔代教育中的老人对孩子进行教育时有一些以为很正确的经验与做法,但这些经验未必符合儿童的成长心理需要。本课程,在借鉴儿童心理学、教育学和婚姻家庭心理学等方面的知识,依托绘本,通过具体案例分析等把一些新的教育理念表达出来,帮助家庭建立和谐的亲子关系,从而促进孩子健康成长。</p>				
<b>课程提纲</b>					
一	“勇敢就是我不怕吗” ——用绘本让孩子鼓起真正的勇气				
二	“好孩子”还是“坏孩子” ——用绘本透析孩子身上的标签				
三	孩子喜欢磨蹭吗? ——用绘本结束亲子磨蹭拉锯战				
四	不分享就是小气吗? ——用绘本学习拥有与分享				
五	“完美”小孩一定让父母省心吗? ——用绘本打开孩子的心结				

主讲教师	常素梅	性别	女	出生年月	1977年11月
学历(位)	硕士研究生	职称	副教授	联系电话	15051983757
工作单位	常州开放大学				
研究方向	思想道德教育、婚姻家庭亲密关系				

课程名称	小学生口才与能力培训				
课程类别	课外兴趣类	课时	16	面向对象	小学 5-6 年级学生
内容提要	一个善于表达和沟通的人，会得到更多的理解和接纳；一个情商越高的人，获得和感受幸福的能力也越强。本课程致力于将情商的培养和口语交际能力的培养完美地融合在一起，在培养孩子口才的同时，更注重培养孩子自信、乐观、善于交往、懂得爱与被爱、敢于创新等品质，这是真正的素质教育，这种素质的养成将对孩子的一生都产生深远的影响。				
<b>课程提纲</b>					
一	<p>说人物</p> <p>一、口语能力目标：1. 抓住人物特征；2. 说话有条理；3. 恰当表达感情</p> <p>二、情商培养目标：1. 认识自我，自信、自尊、自爱、自强；2. 欣赏他人，接纳并包容他人；3. 感恩父母，关心父母</p>				
二	<p>说事情：</p> <p>一、口语能力目标：1. 根据话题确定关键词；2. 根据关键词选择材料；3. 叙述有条理、有起伏、有感染力</p> <p>二、情商培养目标：1. 学会分享；2. 学会共情；3. 学会坦然面对生活中的快乐与忧伤</p>				
三	<p>说事物</p> <p>一、口语能力目标：1. 能说明事物的主要特征；2. 语言流畅，思路清晰</p> <p>二、情商培养目标：1. 创新能力；2. 爱护动物；3. 记住父母的生肖（爱的能力）</p>				
四	<p>说看法</p> <p>一、口语能力目标：1. 学会表明自己的观点，并提供依据；2. 学会发表自己的看法；3. 能用合适的方式向他人提意见</p> <p>二、情商培养目标：1. 正确的人生观、价值观；2. 人际沟通能力</p>				

主讲教师	何雪芬	性别	女	出生年月	1971 年 12 月
学历（位）	教育硕士	职称职务	副教授 教务处处长	联系方式	13685289585
工作单位	常州社区大学（常州电大）				
研究方向	亲子教育、心理健康教育、积极心理学研究				

课程名称	带宝宝读读《千字文》				
课程类别	课外兴趣类	课时	2	面向对象	社区家长
内容提要	<p>《千字文》全称是《周兴嗣次韵王羲之千字》，流传至今已经1500多年了，是我国现存出书最早的识字课本，可谓蒙学开山之作。《千字文》结构严简，文采斐然，对仗工整，音韵流畅。其中大量使用典故，是其一大特色。本课程的教学目的在于使社区居民开阔视野，扩展知识，唤起社区居民对中国古典文化的感知与思索，真正做到学以致用、古为今用，有助于培养出优秀的宝宝与家长。</p>				
<b>课程提纲</b>					
一	天文——天地玄黄，宇宙洪荒。日月盈昃，辰宿列张。				
二	地理——金生丽水，玉出昆冈。剑号巨阙，珠称夜光。				
三	生物——海咸河淡，鳞潜羽翔。				
四	历史——龙师火帝，鸟官人皇。始制文字，乃服衣裳。				
五	修身 1. 知过必改，得能莫忘。 2. 仁慈隐恻，造次弗离。节义廉退，颠沛匪亏。 3. 性静情逸，心动神疲。				
六	读书 1. 求古寻论，散虑逍遥。 2. 耽读玩市，寓目囊箱。 3. 学优登仕，摄职从政。				
七	治国 1. 何遵约法，韩弊烦刑。 2. 治本于农，务兹稼穡。				
八	孝亲 1. 忠孝。资父事君，曰严与敬。孝当竭力，忠则尽命。临深履薄，夙兴温清。（典故：缙萦救父）				
九	饮食起居——具膳餐饭，适口充肠。饱饫烹宰，饥厌糟糠。				

主讲教师	仲红俐	性别	女	出生年月	1985年5月
学历(位)	硕士研究生	职称职务	讲师	联系方式	13776836329
工作单位	常州开放大学				
研究方向	社区教育				

课程名称	怎样让孩子爱上阅读				
课程类别	课外兴趣类	课时	2	面向对象	小学六年级学生家长、社区家长
内容提要	如何让孩子喜欢阅读是一件让家长头疼的问题，尤其是在小学到初中的转变时期，这不仅需要孩子的努力，更需要的是家长做好相应的准备，帮助孩子培养正确的独立阅读习惯，从而让孩子爱上阅读。				
<b>课程提纲</b>					
一	孩子不爱阅读的现象及原因 不爱阅读的现象和数据分析（中美对比） 原因：①电子产品的替代 ②书籍种类过多，信息量过大 ③家长的反复督促强调				
二	现场试验互动及理论支持 现场互动——瞬间反应的大象（互动） 逆反心理——指客观环境要求与主体需要不相符合时所产生的的一种强烈的反抗心态。 “情感饥渴症”是用来描述一种对现实感极度渴望而又无法获得满足的症状。				
三	案例描述及其分析 新加坡校长育儿案例 案例分析——①陪伴效应 ②饥饿感效应 ③学会拒绝				
四	作业布置 图书馆时间计划表？				

主讲教师	杨紫东	性别	男	出生年月	1989年2月
学历	硕士	职称	讲师	联系电话	15895044362
工作单位	常州旅游商贸高等职业技术学校				
研究方向	青少年性格养成				

<b>课程名称</b>	<b>玩电子积木，学电子知识</b>				
<b>课程类别</b>	课外兴趣类	<b>课时</b>	16	<b>面向对象</b>	社区中、小学生
<b>内容提要</b>	<p>电子积木是将电子技术和玩具积木相结合的一种新型科学教育产品，它将知识性、趣味性和实践性融为一体。通过参考电路图，就可将简单的电子积木快速地搭建成各种各样实际的电路，如手电筒、彩灯、门铃等。</p> <p>课程在“玩中学”。课程将使学生在娱乐中快速地步入奇妙的电子世界，在活动中轻松地学到电子知识。</p> <p>活动有助于提高学生的实践动手能力，培养他们的创造能力和电子技术的运用能力，激发他们对科学知识的浓厚兴趣。</p>				
<b>课程提纲</b>					
一	电子积木简介 认识各种电子积木零件、作用及安装的方法				
二	认识电路图 从最简单的电路原理图开始到一个实际电路，例如门铃				
三	分组动手 选择项目电路，分组在老师的指导下完成拼装				
四	了解 Arduino 电子积木 Arduino 的工作原理和丰富多彩的功能				
五	活动总结 老师总结，学生分享动手学习的收获				

<b>主讲教师</b>	李梦军	<b>性别</b>	男	<b>出生年月</b>	1976 年 3 月
<b>学历(位)</b>	本科(工程 硕士)	<b>职称职务</b>	讲师 系副主任	<b>联系方式</b>	13912317931
<b>工作单位</b>	常州社区大学(常州电大)				
<b>研究方向</b>	技术教育、教育信息化				

课程名称	厉害了，火箭军				
课程类别	传统文化类	课时	2	面向对象	社区居民
内容提要	<p>“选天下之豪杰，致天下之精材，来天下之良工，则有战胜之器矣。”习主席深刻指出，中国火箭军作为原来“第二炮兵”的继承者，不但拥有原来的战略导弹部队，而且还有众多先进的战术常规导弹部队。火箭军是中国战略威慑的核心力量，是中国大国地位的战略支撑，是维护国家安全的重要基石，更是我们幸福生活的强力保障。</p>				
<b>课程提纲</b>					
一	大国长剑：国之重器佑华夏				
二	长剑问天：倚天长剑护神州				
三	长剑英才：挥戈万里擒天狼				
四	沙场点兵：砺剑尖兵显身手				

主讲教师	葛俊芬	性别	女	出生年月	1968 年 10 月
学历	本科	职称职务	副教授	联系电话	13861008708
工作单位	常州开放大学				
研究方向	社区教育、终身教育、会计学				



课程名称	梦里彩虹——常州古桥风韵				
课程类别	传统文化类	课时	2	面向对象	普通市民
内容提要	<p>常州是江南水乡，枕河而居，因河而兴。流经毗陵古城的千年运河上，曾经飞架着道道彩虹，她们见证了常州的历史变迁，那就是古运河上的座座老桥。桥，是常州城市发展的重要载体，是常州交通的重要途径，更是常州历史文化的重要传承者。</p> <p>据《咸淳毗陵志》载，常武地区有古桥 1000 多座，单常州老城区域就有各种样式的古桥 60 余座。横跨内河的桥梁大多为石拱桥、石板桥、木梁桥。拱桥有单拱、联拱、坦拱、尖拱、半拱、全拱；梁桥有石梁石墩桥、一字长桥、八字桥等。老常州古桥不但品类多，建桥工艺、技术水平也达当时的高峰。</p>				
课程提纲					
一	常州的血脉——简介常州的运河				
二	龙城的鳞甲——总述常州的桥（含季全保《图解》）				
三	（过渡）重点介绍三座省级文物保护单位的桥（按年代）				
四	千岁美女众桥之祖——常州的新坊桥（535 年）				
五	缘是众生桥——奔牛的万缘桥（宋代）				
六	明珠嵌武宜——寨桥的五洞桥（明代）				

主讲教师	戴菊伟	性别	女	出生年月	1976 年 3 月
学历（位）	硕士研究生	职称职务	副教授 心理咨询师	联系方式	13813565005
工作单位	武进开放大学				
研究方向	社区教育、青少年心理、传统文化等				

课程名称	禅茶一味——佛学智慧与茶道文化				
课程类别	传统文化类	课时	4	面向对象	社区居民
内容提要	<p>茶，起源于中国，关于茶叶的最早记载是西汉的《僮约》，到了唐代，随着陆羽《茶经》的流行，茶道成为上流社会的一种生活时尚和交际手段，喝茶也从南到北流行开来，而唐代也正是汉传佛教最为繁荣的时代，茶以其“止渴，令人少眠。”的特性，正好满足了僧人打坐的现实需要，因此，饮茶在寺院中逐渐流行起来，遂成风俗。后来，茶事活动成为佛教寺院的重要活动，并形成了一套完整的礼仪规范。随着禅宗的发展，茶事活动就成为了修禅悟道的一种方式，茶道和悟道紧密结合，茶中悟禅，茶助禅修。“禅茶一味”便是最好的注解。</p>				
<b>课程提纲</b>					
一	佛教与“禅” (一) 印度佛教简史 (二) 佛法东渡——汉传佛教概述 (三) “禅”与“禅宗”				
二	茶入佛门（茶与佛教的渊源） (一) 农禅 (二) 佛门茶事 (三) 茶道东渐				
三	禅茶一味（茶道与修行） (一) “禅茶一味”缘起（考据） (二) 赵州“吃茶去” (三) 饮茶与开悟 (四) “茶禅一味”的禅式理解（悟道与修行）				

主讲教师	张卫军	性别	男	出生年月	1980年2月
学历	硕士	职称职务	讲师	联系电话	13776889120
工作单位	常州开放大学				
研究方向	中国经济、中国传统文化				

<b>课程名称</b>	<b>民间刻纸</b>				
<b>课程类别</b>	传统文化类	<b>课时</b>	2	<b>面向对象</b>	社区居民
<b>内容提要</b>	刻纸是剪纸的一种，中国传统工艺品之一。全国各地民间都有不同风格的剪纸作品。早在汉，唐时代，民间妇女即有使用金银箔和彩帛剪成方胜花鸟贴在鬓角为饰的风尚。本课程介绍中国民间刻纸工艺，学会使用阴刻、阳刻的基本方法完成一幅简单的刻纸作品。在艺术活动和艺术创作中体验刻纸的乐趣，增强对剪纸艺术美的体验。				
<b>课程提纲</b>					
一	认识刻纸 （一）刻纸介绍 （二）刻纸的工具和材料				
二	金坛刻纸 （二）以周蕴华、杨兆群等为代表的现代刻纸 （三）朱晓坤为代表的传统刻纸				
三	刻纸的基本方法。 （一）介绍刻纸技法。 （二）刻刀使用方法 （三）刻纸的基本要领 （四）刻纸欣赏与创作				

<b>主讲教师</b>	高虹	<b>性别</b>	女	<b>出生年月</b>	1976 年 5 月
<b>学历（位）</b>	本科	<b>职称职务</b>	讲师	<b>联系方式</b>	13861089507
<b>工作单位</b>	常州社区大学（常州开放大学）				
<b>研究方向</b>	中国文学、民间文化				

<b>课程名称</b>	<b>常州锡剧名人趣事</b>				
<b>课程类别</b>	传统文化类	<b>课时</b>	2	<b>面向对象</b>	社区居民
<b>内容提要</b>	锡剧原称常锡文戏，武进是锡剧的故乡。锡剧是常州的文化瑰宝，做真正的常州人，了解锡剧是提升自我文化修养的途径之一。了解锡剧名人趣事，则是快速了解锡剧的有效办法。是谁在创造文明常州文化，是谁在铸就魅力常州梦，常州锡剧，点亮常州人的艺术生活，锡剧名人，谱写了常州的艺术史。				
<b>课程提纲</b>					
一	锡剧渊源 (一) 锡剧在常州居民生活中的历史地位 (二) 锡剧发展的历史渊源 (三) 王嘉大为滩簧正名				
二	锡剧中的生死情 (一) 生活中爱情故事 (二) 钱维乔写戏悼念亡妻				
三	锡剧中的人生感召 (一) 人生如戏，戏如人生 (二) 汤贻汾为自己写戏				
四	锡剧中的幽默人生 (一) 幽默的魅力 (二) 梅兰珍乔装戏祖母				
五	锡剧里的智慧人生 (一) 生活智慧的魅力 (二) 杨天笑智斗警察				
六	其他 锡剧在艺术生活中点滴启示总结。				

<b>主讲教师</b>	赵小花	<b>性别</b>	女	<b>出生年月</b>	1980年9月
<b>学历(位)</b>	硕士研究生	<b>职称职务</b>	讲师	<b>联系方式</b>	13616112051
<b>工作单位</b>	常州开放大学				
<b>研究方向</b>	教育管理、心理健康教育				

课程名称	“剑胆琴心·史良” ——常州历史上的杰出女性漫谈				
课程类别	传统文化类	课时	4	面向对象	社区居民
内容提要	史良（1900 年—1985 年），女，江苏常州人，中国著名律师、法律家、政治家、社会运动家，历史上著名“七君子”之一，中华人民共和国司法部首任部长。课程主要追溯史良在各个历史时期峥嵘跌宕的成长经历、揭秘其丰富多彩的内心世界，探讨她的贡献、思想、个性及观念。通过阅览常州历史上的杰出女性富有传奇色彩的人生历程，获得启迪、感悟，体味五光十色的人生境界！				
<b>课程提纲</b>					
一	峥嵘跌宕的一生 史良生平事迹概览				
二	直面人生的勇士 抗日战争时期（1937 年—1945 年）震惊中外的“七君子”之狱				
三	波澜壮阔的事业 史良为民族、民主革命的胜利及新中国的建设发展建立的不可磨灭的功绩				
四	百折千回的情愫 史良与罗瑞卿、章伯钧的恩怨情仇				

主讲教师	罗静	性别	女	出生年月	1972 年 1 月
学历（位）	本科（硕士）	职称职务	讲师	联系方式	18915833350
工作单位	常州社区大学（常州开放大学）				
研究方向	历史学				

<b>课程名称</b>	<b>学习《弟子规》，拥抱幸福人生</b>				
<b>课程类别</b>	传统文化类	<b>课时</b>	10	<b>面向对象</b>	都市上班族
<b>内容提要</b>	《弟子规》内述尊亲爱友，待人接物，为人处事以及学习之道。集中国传统家训、家规、家教之大成，也是当今社会做人的基本教导。《弟子规》倡导在生活中学习、力行以达到家庭和睦、社会和谐，是人生第一规，是做人的根本。《弟子规》也是幸福人生第一规。				
<b>课程提纲</b>					
一	为何需要学习《弟子规》				
二	如何孝敬至亲				
三	如何夫义妇德				
四	如何教子修德做人				
五	如何拥有健康身心，真正享受幸福人生				

<b>主讲教师</b>	徐玉琴	<b>性别</b>	女	<b>出生年月</b>	1965年12月
<b>学历(位)</b>	本科	<b>职称职务</b>	高级教师 英语教研室主任	<b>联系方式</b>	13915042168
<b>工作单位</b>	常州社区大学(常州开放大学)				
<b>研究方向</b>	英语教学				