

# CONTENTS

# 目 录

老年大学 10 月号 (总第 322 期)

出版日期 每月 15 日

美术编辑 刘 珊

## 卷首语

1 祖国情韵 / 峭 岩

## 专 稿

5 中国老年大学协会关于认真做好《老年教育》

杂志宣传征订工作的通知

7 第二届全国老年大学文艺汇演在长春举行

9 岛城晚霞更灿烂 / 于梦慈 张 芳

## 理论与研究

12 再谈开门办学 / 杨启村

16 上海老年教育的教材建设 /

上海市老年教育协会教材建设专业委员会

19 谈教学大纲的科学性 / 李宗国

## 经验交流

总后老干部大学经验选登

21 健康快乐——老干部大学谱新篇 / 苏孟阳

23 实现老干部大学的可持续发展 / 郎 鹏

25 依托院校优势 办好老干部大学 / 后勤指挥学院老干部大学

27 “双向”办学彰显活力 / 解放军总医院老干部大学

## 双先光荣榜

29 海峡西岸的银发乐园

## 教学研究

30 老年文学教育之路探索 / 陈国伟

32 银发一族爱瑜伽 / 高俊英

33 向国画班学员致言 / 吴良栋

34 特色课程建设之我见 / 罗卓洲

35 练太极拳的“八要” / 陆履冰

36 “四结合”讲好历史课 / 李彬凯

## 百科荟萃

38 《红楼梦》“三春”之谜 / 王森 卞雨洁整理

40 山东境内汉碑考 / 高秀丽

## 老教之星

41 暮年尽抹夕阳红 / 周普生

43 燃烧自身 照亮他人 / 尚彦昌

44 “领兵女将”朱莲英 / 芦 笛

## 第三课堂

45 《道德经》解读 / 雷建生

顾 问 张文范 袁新立 林祥海 刘平生  
罗淑芳 李延良 俞恭庆

社委会主任 陶 克

副 主 任 (以姓氏笔画为序)

石晓燕 刘俊奇 汪文庆 张明刚  
杨建峰 赵明华 郑维勇 程晓利

委 员 (以姓氏笔画为序)

马 杰 朱一凡 李 杰 李方庆 李 辉  
李运祥 李维平 初世俊 张文波 陈小川  
陈 勇 陈福星 林其安 周光煜 赵臣图  
钟 铨 栾秋燕 高希焕 高登云 崔树林  
韩以亮 蓝祝卉 熊士淳 穆中红 魏高良

编委会委员 (以姓氏笔画为序)

王 利 王永林 冯少锐 付光家 庄梓仕  
江 辉 孙建国 孙树忠 毕可珍 李乃昌  
李千弘 李乐起 李志明 李宗启 李学银  
宋明春 张 煜 郑 娟 郑金兰 侯希云  
姜守法 赵培玉 贾相春 高 山 徐同胜  
徐国建 程克清

总 编 辑 郭 锋  
社 长 马 杰  
副 社 长 平亚华 顾春燕  
副 总 编 辑 傅 剑 孙 峰  
出版宣传负责人 尹洪英

执 行 主 编 赵书三  
副 主 编 于梦慈  
责 任 编 辑 张 芳 杨玉芹  
总 编 室 魏春玲  
发 行 部 杨 娜 管 涛  
网 络 中 心 徐 臻

主 管 、 主 办 中国老年大学协会  
山东老年大学  
编 辑 《老年大学》编辑部  
电 话 0531—82900568  
出 版 老年教育杂志社  
社 址 济南市经十路 18962 号 (南苑宾馆)  
邮 编 250002  
发 行 广 告 部 0531—82906425  
传 真 0531—82906525  
电 子 信 箱 lnjylndx@126.com  
广 告 许 可 证 鲁工商广字 01316  
国 外 总 发 行 中国际图书贸易总公司  
国 外 发 行 代 号 1605M  
印 刷 山东鸿杰印务集团有限公司

## 夕阳文苑

47 一肩担尽古今愁 / 鲁 莒

48 把握今天 / 孙桂莲

## 生活与健康

50 快乐是最好的“进补” / 任 建

51 中药白术的功效 / 陈清江

52 以花为伴寿自长

## 他山之石

53 世界老龄化速度加快

## 校歌选登

54 厦门市同安区老年大学校歌

## 师生园地

55 祝福你, 亲爱的祖国

56 歌声飞出心窝窝 / 吕振西

57 德艺双馨 晚霞绽彩 / 杜淑珍

58 诗词 / 周鹏举等

## 校园内外

59 中国老年大学协会西南地区 14 次协作会议召开

/ 四川老年大学协会

封 面 : 山东单县县委老干部局副局长、  
单县老年大学校长 尹 颖

封面摄影 : 姜 敏

封面篆刻 : 魏永年

# Education Journal for Senior Citizens

## Main Contents

October 2010

- |   |               |
|---|---------------|
| 1. Country Sentiment  | Qiao Yan      |
| 7. The Second Arts Festival of National University for the Aged Held in Changchun |               |
| 12. On Open-Door Running School   | Yang Qicun    |
| 16. On the Textbook Construction of Shanghai Old-Age Education                    |               |
| Teaching Materials Committee of Shanghai Old-Age Education Association            |               |
| 19. Syllabus Should be Scientific   | Li Zongguo    |
| 21. Healthy and Happy - a New Chapter of Retired University                       |               |
|   | Su Mengyang   |
| 23. Achieve the Sustainable Development of the Veteran University                 |               |
|   | Lang Peng     |
| 25. Running Cadres University Well by Relying on University Advantages            |               |
| Cadres University of Logistics Command College                                    |               |
| 27. "Two-Way" School Approach Highlight the Vitality of School                    |               |
| Cadres University of PLA General Hospital   |               |
| 30. Explore the Road to the Elderly Literary Education                            | Chen Guowei   |
| 32. Silver Hair Love Yoga   | Gao Junying   |
| 34. My View of the Construction of Featured Courses                               | Luo Zhuozhou  |
| 36. "Four Combinations" Make a Good History Lesson                                | Li Binkai     |
| 41. Later Life - the Red Sunset   | Zhou Pusheng  |
| 45. Explain the "Moral" in This Way   | Lei Jiansheng |
| 55. Five Stars Flag Carol   | Xia Liying    |