

华夏中文学校南部分校 2020—2021 学年

儿童及成人文体课介绍

(Zoom/virtual classes times are flexible)

儿童文体课:

.....

课程名称: 儿童、青少年武术班
教师: 张锦鹏
时间: 待定
要求: 希望学生不要缺课
学生年龄组: 儿童班: 四至九岁; 少年班: 十岁以上
教授内容: 基本功, 踢腿法, 传统武术套路和表演竞赛套路。
课程目的: 培养青少年对中国武术的认识和爱好, 建立个人自信和强健体魄。
补充信息: 本课程由有十多年武术教学经验且为跆拳道黑带五段, 享誉大纽约区的武术名家张锦鹏老师主授。张老师出生武术世家, 师从前国家领导人近身保镖世界武术名师纪昌秀师父, 跆拳道黑带五段, 在新州教授弟子超过 20 年, 教授科目包括传统太极拳, 传统武术套路, 现代武术比赛套路, 自由搏击, 防身自卫术等等。张老师的弟子获得过无数武术大赛奖项。
网课: 具有空间和时间的灵活性, 能够清楚看到每个动作的完整性, 培养学员的专注力, 经过几个月的网课, 教学经验不断改进, 网课跟实体课的效果相差无几。

.....

课程名称: 姜老师少儿书法国画
教师: 姜华
时间: 待定
要求: 自带毛笔, 学校提供墨汁、颜料和纸
学生年龄组: 不低于 6 岁
教授内容: 课程的安排由书法和国画两部分组成, 秉承书画同源的理念, 将根据大家学习的兴趣和进度, 书法和国画课程穿插进行
课程目的: 传扬中华文化, 让孩子们对于中国书画有更深入的了解和探究, 同时帮助孩子掌握汉字的结构和书写, 增强对汉字的理解和记忆, 从而加强和提高学习中文的兴趣。
补充信息: 姜华老师, 南京艺术学院书法篆刻专业本科和中国画专业硕士

.....

课程名称: 儿童拉丁舞
时间: Sunday afternoon
教师: 马咏
要求: 不超过 15 人
学生年龄组: 5-12 岁
教授内容: 拉丁舞, 起源于拉丁美洲, 包括恰恰恰、伦巴、桑巴(森巴)、斗牛(牛仔舞)。

小朋友们将学习拉丁舞的基本知识及其舞蹈形式。

补充信息： 马咏，新泽西华人社团联席会艺术总监，马咏艺术团主席，自幼成长在艺术家庭，毕业于湖北艺术学校舞蹈系，曾随著名舞蹈家刘凤兰老师专攻舞蹈教学及舞蹈创作，先后在大学选修了芭蕾，现代芭蕾，及爵士。自中文学校成立以来，长期担任舞蹈教学工作，编排舞蹈作品，并带领孩子们参加与中国文化交流相关的活动。有天赋的小学员将被推荐到世界级教练那里得到更好的训练，参加重量级的拉丁舞比赛。

课程名称： 少儿古筝
教师： 贾永红, 季伊楠
时间： 15:30 - 16:20
要求： 自带古筝
学生年龄组： 不小于八岁
教授内容： 个别辅导与集体教学相结合, 让孩子们学习古筝的弹奏指法, 乐谱, 和乐曲, 课程从指法训练开始, 由浅入深, 循序渐进。在教学古筝的同时, 将根据大家学习的进度, 由易到难编排一些曲目教大家练习和演奏, 到了期末可以进行表演, 达到娱己娱人的教学效果。家长可以旁听和督促孩子练琴。
课程目的： 丰富文化生活、陶冶情操, 传扬中华文化和弦乐艺术。古筝是历史悠久的民族乐器, 有着“国琴”的尊称, 音色独特优美受人喜爱。通过学习, 使学生提高文化艺术修养, 掌握古筝演奏的基本功, 自由轻松快乐地了解和弹奏古筝, 展示中华弦乐之美。
补充信息： 季伊楠, Elizabeth, 从 2008 年开始学习古筝, 师从当代最具影响力的著名古筝演奏家、作曲家王昌元老师, 在很多国际音乐比赛中获奖。

课程名称： 绘画课小班
教师： 林芳
时间： 待定
要求： 自备绘画用具材料
学生年龄组： 6 岁及以上
教授内容： 通过使用不同材料和用具, 发挥孩子自身的想象力, 启发孩子的探索思维, 快乐绘画。
课程目的： 开发想象力, 通过创意课程开发孩子的想象力和创造力; 保护孩子天性, 鼓励孩子独立动手创作, 让孩子快乐学习成长; 鼓励孩子独立探索, 多观察, 多发现, 拓宽思维。
学生年龄组： 10 岁及以上
教授内容： 素描和色彩基础训练, 设计基础入门。
课程目的： 通过基础训练提高绘画技巧, 不断观察, 思考, 探索, 发挥自己的想象力, 创作自己的绘画作品。
补充信息： 林芳老师, 毕业于中国东北师范大学平面设计专业。

成人文体课:

.....

课程名称: 声乐班
教师: 张妮娜
时间: 待定
要求: 不多于 10 人
学生年龄组: 年龄要求 12 岁以上
课程目的: 从建立基本的歌唱技巧入手, 通过形象生动的教学形式, 学习科学的声乐练声技巧, 学习正确的歌唱方法。能够演唱初级艺术歌曲和中文民族歌曲。
补充信息: 声乐老师张妮娜, 师从于中央音乐学院黎信昌教授 (著名男中音歌唱家, 声乐教育家), 有着丰富演出经历及比赛获奖。

.....

课程名称: 成人太极班
教师: 张锦鹏
时间: Saturday
要求: 无
学生年龄组: 成人
教授内容: 赵堡和式太极拳、杨式太极拳, 和太极拳的运用。
课程目的: 练习和式太极拳能够消除生活紧张, 是强身健体和防身自卫的良好运动, 对体弱和慢性病者, 若能持久练习都可得到医疗强身效果。
补充信息: 本课程由有十多年武术教学经验且为跆拳道黑带五段, 享誉大纽约区的武术名家张锦鹏老师主授。张老师出生武术世家, 师从前国家领导人近身保镖世界武术名师纪昌秀师父, 跆拳道黑带五段, 在新州教授弟子超过 20 年, 教授科目包括传统太极拳, 传统武术套路, 现代武术比赛套路, 自由搏击, 防身自卫术等等。张老师的弟子获得过无数武术大赛奖项。

.....

课程名称: 成人型体班
教师: 孙增鑫
时间: 13:30 - 14:20
要求: 软底鞋, 瑜伽垫
学生年龄组: 成人
教授内容: 成人基本功课是它的动作兼顾到头、颈、胸、腿、和髋等部位。具备有氧运动的效果, 使练习者在提高主肺功能的同时, 达到减肥的目的。
课程目的: 训练基本功, 塑性, 减肥为主。
补充信息: 孙增鑫老师毕业于北京舞蹈学院。

.....

课程名称: 成人拉丁舞一班
教师: 刘轶敏 (Amy)
时间: Saturday
要求: 拉丁舞鞋, 软底鞋

学生年龄组: 成人
教授内容: 学习 Samba, 提高 Rumba。无需基础, 无需舞伴, 将根据大家学习的兴趣和进度穿插学习不同的舞种。
课程目的: 让拉丁舞给我们一个年轻健美的身材, 在生活中展现自己的魅力。随着音乐, 享受每一刻, 你会发现它会给我们身体, 生活带来很大变化。
补充信息: Amy 师从于前全美职业拉丁舞冠军 Andrei Gavriline。她和现在的拉丁舞舞伴 Delyan Terziev 一起在多个国际比赛中获得第一, Amy 和她的国标舞伴 Igor Mikushov 在 2019 年世界顶级赛事英国黑池比赛中获该年龄组的世界第二, 在多个比赛中荣获第一。

课程名称: 成人拉丁舞二班
教师: 刘轶敏 (Amy)
时间: Saturday
要求: 拉丁舞鞋, 软底鞋
学生年龄组: 成人
教授内容: 学习 Jive, 提高 Cha Cha。无需基础, 无需舞伴, 将根据大家学习的兴趣和进度穿插学习不同的舞种。
课程目的: 让拉丁舞给我们一个年轻健美的身材, 在生活中展现自己的魅力。随着音乐, 享受每一刻, 你会发现它会给我们身体, 生活带来很大变化。
补充信息: Amy 师从于前全美职业拉丁舞冠军 Andrei Gavriline。她和现在的拉丁舞舞伴 Delyan Terziev 一起在多个国际比赛中获得第一, Amy 和她的国标舞伴 Igor Mikushov 在 2019 年世界顶级赛事英国黑池比赛中获该年龄组的世界第二, 在多个比赛中荣获第一。

课程名称: 瑜伽一/二班
教师: 姜昆玲
时间: Saturday
要求: 无
学生年龄组: 男女老少都可以参加
教授内容: 一堂是初级基础课 (没有学过 yoga) 课的学生。另一堂中级班 (有基础的朋友)。
课程目的: 增加免疫力, 改善血循环, 促进内分泌平衡, 减压美容。长期坚持练习瑜伽可以加强身体整体的平衡力及协调力, 有效地改善和排解抑郁情绪, 帮助摆脱自闭, 舒缓压力, 瘦身减肥, 让僵硬的身体慢慢放松, 变得轻盈, 心底干净没有负担, 生活的激情由此一并点燃。
补充信息: 姜昆玲老师有美国 yoga 认证的瑜伽教练执照。姜老师的瑜伽课简单易学。

课程名称: 成人武术
教师: 张锦鹏
时间: Saturday
要求: 无
学生年龄组: 成人
教授内容: 教授基本功, 防身自卫术, 传统武术套路, 剑术等兵器。

课程目的: 培养对中国武术的认识和爱好, 瘦身减肥, 强健体魄。
补充信息: 本课程由有十多年武术教学经验且为跆拳道黑带五段, 享誉大纽约区的武术名家张锦鹏老师主授。张老师出生武术世家, 师从前国家领导人近身保镖世界武术名师纪昌秀师父, 跆拳道黑带五段, 在新州教授弟子超过 20 年, 教授科目包括传统太极拳, 传统武术套路, 现代武术比赛套路, 自由搏击, 防身自卫术等等。张老师的弟子获得过无数武术大赛奖项。

课程名称: 成人舞蹈
教师: 杜康宁
时间: 待定
要求: 有强烈的集体责任心, 有一定的舞蹈基础, 有热情和意愿付出时间和精力参加排练和演出。为方便舞蹈编排, 报名人数有限, 如果学期中途无法达到要求请自动退出。
学生年龄组: 成人
教学内容: 1) 以形体梳理为主的基本功训练, 着重进行肩背的拉坤及四肢的软开训练。
2) 一学期计划教授一支民族舞和一支当代舞。
教学目地: 通过软开及拉伸方面训练, 使身体更为柔软舒展, 气质得到提升。通过舞蹈来训练身体的灵活性以及手、眼、身、法、步的协调统一。
教学要求: 根据自身状况循序渐进, 避免训练中的过快过猛。

课程名称: 成人综合表演班
教师: 孙增鑫
时间: 14:30 - 15:20
要求: 软底鞋
学生年龄组: 成人
教授内容: 在塑形动作协调的基础上我们增加了表演课。综合表演课能带给练习者无尽的吸引力和新鲜感, 带给学生的是丰富的动作、和良好的健身效果。健身舞蹈是“带着笑容去训练的项目”, 在舞蹈课中, 老师更关注的是大家是否愉快和尽兴, 动作是否奔放和潇洒, 因此在心理放松上, 这节课有着非常大的作用, 老师会把动作逐一分解教给大家, 让大家不会有压力!
课程目的: 增强身体的协调性, 培养良好的节奏感。健身舞蹈一整套动作连贯而流畅, 整齐而有韵律感, 对乐感、灵巧度的锻炼有很大帮助养, 同时培养了自信和气质, 让人心情愉悦, 是纾解情绪的好方法。
补充信息: 孙增鑫老师毕业于北京舞蹈学院。

课程名称: 成人书法国画
教师: 姜华
时间: Saturday
要求: 自带毛笔, 学校提供墨汁、颜料和纸
学生年龄组: 成人
教授内容: 课程的安排由书法和国画两部分组成, 秉承书画同源的理念, 将根据大家学习的兴趣和进度, 书法和国画课程穿插进行

课程目的： 丰富文化生活、修养心性，传扬中华文化，对于中国书画有更深入的了解和探究。
补充信息： 姜华老师，南京艺术学院书法篆刻专业本科和中国画专业硕士

课程名称： 古筝
教师： 贾永红, 季伊楠
时间： 15:30 - 16:20
要求： 自带古筝
学生年龄组： 成人
教授内容： 个别辅导与集体教学相结合, 学习古筝的弹奏指法, 乐谱, 和乐曲, 课程从指法训练开始, 由浅入深, 循序渐进。在教学古筝的同时, 将根据大家学习的进度, 由易到难编排一些曲目教大家练习和演奏, 到了期末可以进行表演, 达到娱己娱人的教学效果。
课程目的： 丰富文化生活、陶冶情操，传扬中华文化和弦乐艺术。古筝是历史悠久的民族乐器，有着“国琴”的尊称, 音色独特优美受人喜爱。通过学习, 使学生提高文化艺术修养, 掌握古筝演奏的基本功, 自由轻松快乐地了解和弹奏古筝, 展示中华弦乐之美。
补充信息： 季伊楠, Elizabeth, 从 2008 年开始学习古筝, 师从当代最具影响力的著名古筝演奏家、作曲家王昌元老师, 在很多国际音乐比赛中获奖。

课程名称： 摄影基础和提班
教师： 王剑
时间： 15:30 - 16:20
要求： 学生自带照相机
学生年龄组： 十二岁及以上
教授内容： 摄影理论, 基础, 实际操作, 和后期处理
课程目的： 提升摄影技巧与创作能力, 促进摄影技巧交流
补充信息： 王剑老师, 新州著名摄影人, 三十多年的摄影资历, 新泽西摄影协会 (PSNJ) 理事

课程名称： 钢琴提高班
教师： 孙增鑫
时间： 待定
要求： 钢琴
学生年龄组： 18 岁及以上
教授内容： 钢琴课以网课为主因地制宜, 老师每周会录制练习曲, 在课堂上讲解指法和乐谱, 制定课后练习计划, 边弹边学, 在弹奏中学习方法, 掌握钢琴弹奏技巧, 轻松而有效地学会钢琴弹奏。学生可以自带琴谱, 同时我们也准备了耳熟能详的古典、流行曲目: 如梦中的婚礼、致爱丽丝、以及流行歌曲月亮代表我的心等等。
课程目的： 学习钢琴贵在持之以恒, 需要每天保持正确的指法训练和乐谱理解, 循序渐进, 最终使手指和大脑互相协作渐入佳境。对于喜欢音乐的爸爸妈妈们年龄也不是问题, 有一天或轻松自在地自娱自乐, 或在聚会上一展才艺已经不再是梦想。钢琴班将会推出针对成人的钢琴实用学习方法和课程, 由钢琴老师帮助制定钢琴练习计划, 选

择合适的钢琴练习曲目，无需压力，带着大家逐步学习和练习钢琴弹奏，让大家喜欢的曲子在指间自由流淌。

补充信息： 孙增鑫老师，有丰富的钢琴教学经验，指导的学生在钢琴比赛中获奖

课程名称： 卡拉 OK 演唱训练班

教师： 贾永红

时间： 待定

要求： 无

学生年龄组： 18 岁及以上

教授内容： 训练班每周上课会有实践训练，老师会将麦克风，音响效果和不同风格的演唱曲目带给大家，教授对歌曲的表现和理解，通过对不同风格歌曲的发声训练，让大家尝试和找到面对观众时正确的发声方法和呈现。

课程目的： 对于喜欢唱歌和想提高发声技巧的学生，演唱训练班的目的是给大家提供一个掌握科学的发声方法的训练课程。老师会因材施教，让学生通过训练有效地掌握科学的发声方法来表达和演唱不同风格的歌曲(民族，美声，地方戏曲，通俗歌曲)，在生活中和工作中得到充分的自信，以宏亮优美的声音来展示自己的个性和风采。

补充信息： 贾老师有几十年丰富的演唱及舞台经验，可以帮助学生根据自己的音质和音域，通过歌唱训练，使学生获得正确、科学、和良好的发声技巧。

课程名称： 小提琴提高班

教师： Albert Cao

时间： Flexible`

要求： 小提琴

学生年龄组： 不限

教授内容： 小提琴课以线上线下都可以开课，老师每周会录制练习曲，每周的任务包括各种音阶，练习曲，短篇和其他作品，以及有关如何学习和练习的详细指导。

Weekly tasks can include various scales, etudes, short pieces and other compositions, with detailed instructions on how to learn and practice.

课程目的： 欢迎所有喜欢学习小提琴的学生,水平不限。老师将会帮助学生制定学习计划，选择合适的曲目进行练习。无需压力，老师将带着大家逐步学习和练习小提琴。课程的安排和进度将取决于参与者的兴趣和技能水平。

“对我来说，音乐具有传递情感的魔力。音乐已经成为我情感的源泉，我希望能够帮助其他人一起发掘这一潜力。我的目标始终是让学生能够富有创造力和自信地表达自己。小提琴无疑是最难学习的乐器之一。正因为如此，驾驭这个乐器也会带来无尽的成就感和乐趣。只要持之以恒地练习你就能进步和提高。”

This course welcomes all skill levels. The organization and pace of the course will depend on the level of interest and skill levels of participants.

“For me, music has the transformative power to convey unsaid emotions. Music has become my emotional outlet and I hope I can help others realize that potential as well. My goal is always to have my students be able to express themselves creatively and confidently. The violin is undoubtedly one of the hardest instruments to learn. Yet for that reason, achieving mastery also brings about immense gratification. Consistent practice and dedication are almost certainly requirements in order to improve.”

补充信息： Albert 毕业于 Juilliard music school precollege，7 年小提琴; Yale 大学交响乐团 4 年;

有丰富的小提琴教学经验。”19年的小提琴之旅是我一生中最有意义的经历。我4岁开始学习小提琴，经历了学习过程中的所有高潮和低谷，体会了遭遇到瓶颈的无奈，也深感克服不良习惯时的不适。正因为如此，我觉得自己处于一个得天独厚的位置可以指导学生迎难而上，掌握小提琴。”

“My 19-year long journey with the violin has produced some of the most rewarding experiences in my life. Having started learning violin when I was 4, I have experienced all of the highs and lows in learning violin. I know the frustration of being stuck on a certain passage, or what it feels like to overcome bad habits. Because of this, I feel like I am uniquely positioned to teach students how to navigate any rough spots.” “My experience with violin has included multiple competition placements, seven years of study at the Juilliard Pre-College Division and involvement in the Yale Symphony Orchestra as an undergraduate student at Yale University.”



儿童及成人俱乐部介绍

儿童俱乐部:

课程名称: 数学, 英文阅读, 知识竞赛, 初级编程 俱乐部
教师: 详见 TA 介绍
时间: Saturday
要求: 无
学生年龄组: 高中, 初中, 小学
教授内容: 1. 数学俱乐部请的是数学好的高中生。帮助学生提高代数几何概率数论, 寓教于乐。
2. 英文阅读俱乐部通过教授学生不同的阅读材料, 结合游戏方式, 阅读分析理解文章, 帮助学生初步打下扎实的语法基础, 提高阅读理解能力, 从而爱上阅读。
3. 知识竞赛俱乐部帮助学生增长地理, 历史, 文学, 和科学知识, 参加相应的竞赛。
4. 初级编程俱乐部培养学生的编程能力和技巧, Python, Alexa 应用, USACO 奥赛等。
课程目的: 兴趣第一, 我们把喜欢数学, 英文, 知识竞赛, 编程的学生聚集在一起, 互相提高。

课程名称: 棋类俱乐部
教师: 李海山, 王峻
时间: Sunday
棋艺水平要求: 无
学生年龄组: 3 岁以上
授课方式: 象棋俱乐部活动和象棋培训班邀请新泽西象棋协会李海山主持并授课, 象棋俱乐部活动和象棋培训班上课将在同一时间进行, 学生可以选择听象棋课或在俱乐部下棋。棋艺课根据听课人数多少选择挂大棋盘或摆普通棋盘讲棋。
教授内容: 从棋艺入门基础开始, 交替讲授开局、中局、残局; 注重讲解棋艺理论、思考方法及如何提高实战水平; 教师观察学生不同个性和水平, 因材施教, 在现场指导下棋; 随时接受学生和家长的提问和咨询, 给予棋艺方面的辅导。另外, 教师除讲授中国象棋课外, 还讲授国际象棋课, 以满足学生的不同需要。
课程目的: 学下象棋可培养小孩良好的逻辑思维; 训练小孩缜密的计算能力; 培养小孩独立思考的能力; 培养小孩静心专注的学习习惯; 让小孩面对困难与挫折, 从小磨练顽强的意志; 培养小孩胜不骄, 败不馁的修养; 培养小孩良好的社交能力; 较快提高象棋技、战术水平。
补充信息: 由华夏中文学校南部分校和新泽西象棋协会共同协商, 在本校举办象棋培训班, 培养不同年龄段的象棋爱好者, 让学生学习博大精深的象棋文化。鼓励并训练学生, 参加新泽西、纽约举办的青少年象棋赛, 争取获得新泽西“象棋小大师”。

成年人俱乐部:

名称: 戏曲俱乐部
时间: Flexible
组织者: 赵东晖
要求: 戏曲爱好者
学生年龄组: 成人
俱乐部目的: 为学校里的戏曲爱好者提供一个交流与操练的平台
活动内容: 中国戏曲身段练习和经典唱腔唱段交流欣赏与学习, 包括京剧、越剧、黄梅戏、评剧等大家感兴趣的戏种, 并学习交流舞台化妆、戏曲服饰扮相以及利用水袖折扇等道具的舞台表演技巧, 并欢迎大家集思广益, 不断丰富活动的内容和形式, 共同享受戏曲文化独特的精彩和魅力
场地/装备费: \$50 每学年, \$30 每学期
