**青浦区关于开展2025年度**

**上海社区教育“名师名课程”**

**特色主题课程资源建设项目申报工作的通知**

区老年大学、各成教集团：

为贯彻落实《上海市终身教育发展“十四五”规划》提出的“聚焦科学素养、健康素养、信息素养等完善社区教育课程体系”，“提升终身教育教师专业能力，实施终身教育名师培育项目”等要求，上海市学习型社会建设服务指导中心办公室（以下简称市学指办）、上海开放大学社区教育部决定在全市社区教育系统开展2025年度上海社区教育“名师名课程”特色主题课程资源建设项目的申报工作，将优选上海开放大学系统内教师、各区社区院校专业教师、行业内优秀专家等优质师资，建设一批“名师名课程”特色主题课程资源，具体申报要求如下：

**一、申报流程**

1.有建设意向的单位，请填写《2025年度上海社区教育“名师名课程”特色主题课程资源建设项目申报表》（详见附件1），申报表的word电子版发送社教办邮箱。

2.社区学院社教部负责初审，并提交市学指办，市学指办将通过专家评审，确定入选的建设主题。

3.本项目将由市级统一安排专业技术制作公司同入选的街镇成校联合开展该项目的资源建设工作。

**二、申报要求**

1.申报单位：各街镇成校（可独立申报，也可联合其他街镇社区学校一起申报）

2.申报截止日期：2025年3月17日

3.申报数量：每个成校可申报1个资源建设主题

4.资源形式：每个资源主题要求建设10个微课视频，单个微课视频时长为5-10分钟。要求主讲教师能出镜拍摄（无需全程出镜）。视频技术规范要求，详见附件2。

5.选题要求：（1）教学内容科学，符合社会主义核心价值观，“意识形态、立德树人”方面导向正确；贴近社区、贴近生活、贴近市民需求；作品无著作权侵权行为，无敏感性内容；（2）参考选题：科普、健康、数字技术、安全、实用技能等；（3）选题可自定，鼓励申报基础好且具有地域特色的选题。尽量避开已经建有的资源。（建有资源参见附件3）

6.师资要求：师资是评审的重要依据，主讲教师需满足以下要求：（1）为该领域的资深专家，具有很强的专业背景和专业能力，在社区教育中有一定的知名度和影响力；（2）具备丰富的社区教育教学经验，能将自身专业素养与社区居民学习需求有机结合起来，教学模式新颖、教学成效显著；（3）形象良好、身体健康、口齿清楚；（4）能参与课程的设计和出镜拍摄，并同意授权本人在课程视频成果的肖像使用权。

7.建设周期：入选项目，需在2025年11月10日前完成全部制作任务并递交市学指办进行项目验收。

联系人：王老师

联系电话：19921457278

联系地址：上海市青浦区章浜路118号

邮箱：shqpsqxy@163.com

附件：

1.2025年度上海社区教育“名师名课程”特色主题课程资源建设项目申报表

1. 上海社区教育“名师名课程”特色主题课程资源建设要求
2. 2014-2024年市学指办联合各区建设的微课系列汇总表

上海市青浦区社区学院

2024年3月10日

附件1

2025年度上海社区教育“名师名课程”特色主题课程资源建设项目申报表

|  |  |
| --- | --- |
| 申报课程名称 |  |
| 建设视频数量 | 10个 |
| 单个视频时长 | 5-10分钟 |
| 单个视频资源名称（初定） | 1.2.3.4.5.6.7.8.9.10. |
| 申报单位 |  |
| 申报日期 |  | 预计完成日期 |  |
| 项目负责人 |  | 单位及职务 |  |
| 项目联系人 |  | 手机 | 邮箱 |
| 项目背景及意义 |
| 课程目标与内容 |
| 设计思路 |
| 课程主讲人 | 姓名 | 性别 | 出生年月 |
| 从事教学时间 年 | 特长技能 |
| 学历 | 职称 |
| 手机 | 邮箱 |
| 所获相关荣誉、奖励以及开展社区教育教学的成效、影响力等 |
| 自愿参与及版权声明 | 本人承诺：自愿参与2025年度上海社区教育“名师名课程”特色主题课程资源建设项目。本人带领团队建设（或者本人讲授）的课程资源版权清晰，不存在侵权等问题，同意活动组织方、协办方在项目相关的互联网平台和媒体进行发布共享和宣传。主讲人：2025年 月 日 |
| 主讲人之前拍摄过的相关课程视频链接（至少一个）：或者请提供主讲人的一个说课视频，3分钟左右，视频链接： |
| 课程开发团队介绍 |
| 申报单位意见（区社区学院公章）2025年 月 日 |
| 评审专家组意见2025年 月 日 |
| 主办单位意见上海市学习型社会建设服务指导中心办公室上海开放大学社区教育部 2025年 月 日 |

附件2

上海社区教育“名师名课程”特色主题课程

资源制作要求

**一、教学内容**

（一）教学内容科学，符合社会主义核心价值观，“意识形态、立德树人”方面导向正确。贴近社区，贴近生活，贴近市民需求；作品无著作权侵权行为，无敏感性内容导向；

（二）教学目标清晰，教学内容能够支撑教学目标的实现；

（三）内容聚焦、相对完整。

**二、教学设计**

（一）围绕选题，突出重点，注重实效；

（二）教学组织与编排符合学习对象的认知规律；

（三）教学目的明确，教学思路清晰，注重学员全面发展；

（四）教学过程主线清晰、表述明确、重点突出，逻辑性强，明了易懂，注重突出学员的主体性以及教与学活动有机结合；

（五）教学策略选择恰当，注重调动学员的学习积极性；

（六）能根据教学需求选用灵活适当的教学方法；

（七）信息技术手段运用合理，正确选用多种媒体，效果好。

（八）同一课程系列需要统一片头、片尾和字幕风格。

**三、授课艺术**

“名师名课程”特色主题课程资源视频中出现教师的画面需满足以下要求：

教师仪表得当，表情亲切、自信，动作得体，教学语言规范、清晰，富有感染力，使用普通话教学，能展现良好的教学风貌和个人魅力。

**四、技术规范**

1. **规定要素**

**1.时长**

单个视频资源的时长为5-10分钟。

**2.视频输出技术要求：**

达到电视台播放的技术规范要求，具体如下：

1. 文件封装格式：MP4
2. 编码：H264
3. 宽高比：16:9
4. 分辨率：1920x1080
5. 码率：10M左右
6. 帧率：25帧/秒
7. 音频：左右声道都有声，AAC编码、码流率128Kbps(恒定)、双声道混音
8. 画幅：需要满屏画幅，不应有黑边，信箱模式、颠倒等情况（遇到介质问题随时补充）
9. 画面：画面素材干净，无其他添加信息

**3.字幕**

字幕要使用符合国家标准的规范字，不出现繁体字、异体字(国家规定的除外)、错别字。字幕清晰可见，字幕的字体、大小、色彩搭配、摆放位置、停留时间、出入屏方式力求与其他要素（画面、解说词、音乐）配合适当，不能破坏原有画面。

字色常为白色黑边或黑色白边，字号宽在24-26之间，字高在28-32之间，字体要干净利落，每行字幕不超过16个字，句中的标点符号最好以空格代替（引号、书名号除外）。播出方式以切入切出为主。字幕内容和声音要完全吻合，速度要同步。

**4.其他**

1. 片头统一加置上海学习型社会建设服务指导中心的短视频片头（该素材由市学指办提供）
2. 视频画面的左上角或右上角要放置上海学习型社会建设服务指导中心的LOGO（该素材由市学指办提供）
3. 片尾统一文字：上海开放大学 上海市学习型社会建设服务指导中心 \*\*\*社区学院 联合出品

**（二）自选要素**

**1.文字素材（PPT等）**

1. 整个视频中的文字应统一风格、统一格式（包括颜色、字体、线条、布局等）；
2. 文字选用的颜色应与画面色彩相吻合，与背景颜色应有反差；
3. 文字素材布局设计应充分考虑屏幕的视觉效果。文字应在屏幕的安全框之内，字体在保持一致的前提下，不要过大和过小，注意排版得体、美观。如果文字内容过多，应采用分解成多屏的方式显示，并与讲授内容相一致；
4. 文字应选择平实、均匀、笔画粗细适中、易读的字体，通常采用较多的是黑体、粗圆等字体。避免用笔画过细或过粗、结构繁杂、潦草等不易辨认的异形字体，如繁体、篆书、草书等字体。

**2.图形/图像素材**

画面贴近主题，真实、清晰、美观，色彩和谐。采用常见存储格式，如GIF、PNG、JPG等。彩色图像颜色数不低于真彩（24位色），灰度图像的灰度级不低于256级。屏幕分辨率不低于1920\*1080，扫描图像的扫描分辨率不低于72dpi。

**3.音频素材**

使用适合教学的语调。音频播放流畅，声音清晰，噪音低，回响小。

**4.视频素材**

图像清晰，播放流畅，声音清楚。彩色视频素材每帧图像颜色均为真彩色。音频与视频图像有良好的同步，音频部分应符合音频素材的质量要求。

**5.动画素材**

动画的设计与使用要与课程内容相贴切，能够发挥良好的教学效果。动画色彩造型和谐，帧和帧之间的关联性强。动画演播过程要求流畅，静止画面时间不超过5秒钟。采用GIF、SWF（不低于Flash6.0）或SVG存储格式。

**五、产品提交**

（一）视频源文件（工程文件），便于后期修改

（二）纯净视频（无LOGO，无片头及片尾出品单位）

（三）完整视频（带LOGO和片头及片尾出品单位）

**附件3**

**市学指办联合各区建设的微课系列（2014-2024）**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **总序号** | **建设****年份** | **区** | **申报单位** | **微课系列名称** | **数量** |
| 1 | 2014 | 崇明区 | 崇明区社区学院 | 长寿秘诀 | 20 |
| 2 | 2014 | 浦东新区 | 浦东新区社区学 院 | 市民礼仪 | 20 |
| 3 | 2014 | 学指办 | 学指办 | 上海点心制作 | 20 |
| 4 | 2014 | 静安区 | 静安区社区学院 | 怎样拍出好照片——摄影实用技能百 问 | 20 |
| 5 | 2014 | 嘉定区 | 嘉定区社区学院 | 科学生活 | 20 |
| 6 | 2014 | 宝山区 | 宝山区社区学院 | 家庭安全小常识 | 20 |
| 7 | 2014 | 金山区 | 金山区社区学院 | 金山农民画 | 20 |
| 8 | 2014 | 徐汇区 | 徐汇区社区学院 | 社区英语 | 20 |
| 9 | 2014 | 长宁区 | 长宁区社区学院 | 移动学习与智慧生活 | 20 |
| 10 | 2014 | 闸北区 | 上海行健职业学 院 | 乐学书画 | 20 |
| 11 | 2014 | 黄浦区 | 黄浦区社区学院 | 京剧艺术欣赏 | 20 |
| 12 | 2014 | 黄浦区 | 黄浦区社区学院 | 珠宝鉴赏与保养 | 20 |
| 13 | 2014 | 青浦区 | 青浦区社区学院 | 生活方式病自身防控 | 20 |
| 14 | 2014 | 松江区 | 松江区社区学院 | 丝网版画 | 10 |
| 15 | 2014 | 奉贤区 | 奉贤区社区学院 | 沪语快速通 | 20 |
| 16 | 2014 | 普陀区 | 普陀区社区学院 | 理财有道 | 20 |
| 17 | 2014 | 虹口区 | 虹口区社区学院 | 古本易筋经十二势导引法 | 27 |
| 18 | 2014 | 杨浦区 | 杨浦区社区学院 | 生活中的法律 | 20 |
| 19 | 2014 | 闵行区 | 闵行区社区学院 | 巧手纸艺 | 20 |
| 20 | 2014 | 学指办 | 学指办 | 智慧城市，让生活更精彩 | 48 |
| 21 | 2015 | 杨浦区 | 杨浦区社区学院 | 生活中的法律——社区生活版块 | 10 |
| 22 | 2015 | 宝山区 | 宝山区社区学院 | 家庭小菜园 | 10 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 23 | 2015 | 宝山区 | 宝山区社区学院 | 罗店花灯 | 10 |
| 24 | 2015 | 崇明区 | 崇明区社区学院 | 崇明美食 | 2 |
| 25 | 2015 | 崇明区 | 崇明区社区学院 | 瀛洲养生之道 | 8 |
| 26 | 2015 | 奉贤区 | 奉贤区社区学院 | 奉贤滚灯 | 8 |
| 27 | 2015 | 奉贤区 | 奉贤区社区学院 | 指上生花——意趣天成的撕纸艺术 | 10 |
| 28 | 2015 | 黄浦区 | 黄浦区社区学院 | 钱老师说百姓珠宝 | 10 |
| 29 | 2015 | 黄浦区 | 黄浦区社区学院 、上海恒源祥绒 线有限公司 | 海派女红——创意编织 | 10 |
| 30 | 2015 | 嘉定区 | 嘉定区社区学院 | 生活中的安全 | 8 |
| 31 | 2015 | 金山区 | 金山区廊下镇社 区学校 | 二十四节气民俗文化 | 25 |
| 32 | 2015 | 静安区 | 静安区社区学院 | 白领时尚之DIY银粘土配饰 | 3 |
| 33 | 2015 | 静安区 | 静安区社区学院 | 匠心巧技之精品粉笔雕 | 3 |
| 34 | 2015 | 静安区 | 静安区社区学院 | 怎样拍出好照片——摄影实用技能问 答 | 8 |
| 35 | 2015 | 浦东新区 | 浦东新区社区学 院、南码头路街 道社区学校 | 海派魔术 | 5 |
| 36 | 2015 | 浦东新区 | 浦东新区社区学 院、塘桥社区学 | 上海港码头号子 | 9 |
| 37 | 2015 | 浦东新区 | 浦东新区社区学 院 | 应聘面试礼仪 | 5 |
| 38 | 2015 | 浦东新区 | 上海开放大学浦 东南校 | 物华天宝·食用菌 | 9 |
| 39 | 2015 | 青浦区 | 青浦区社区学院 | 安全从我做起，从身边事做起 | 8 |
| 40 | 2015 | 松江区 | 松江区社区学院 | 科学膳食 | 10 |
| 41 | 2015 | 长宁区 | 长宁区社区学院 | “互联网+”时代的智慧生活 | 10 |
| 42 | 2016 | 闸北区 | 上海行健职业学 院 | 乐学书画——楷书 | 10 |
| 43 | 2016 | 闸北区 | 上海行健职业学 院 | 乐学书画——写意山水画 | 5 |
| 44 | 2016 | 闸北区 | 上海行健职业学 院 | 乐学书画——写意花鸟画 | 5 |
| 45 | 2016 | 普陀区 | 普陀区社区学院 | 股票新手上路 | 10 |
| 46 | 2016 | 普陀区 | 普陀区社区学院 | 互联网金融理财 | 10 |
| 47 | 2016 | 徐汇区 | 徐汇区社区学院 | 中药香囊的私人订制 | 10 |
| 48 | 2017 | 黄浦区 | 上海市黄浦区社 区学院，上海红 房子西菜馆淮海 | 走进红房子，人在故事中——西式餐 饮制作与礼仪 | 10 |
| 49 | 2017 | 长宁区 | 长宁区社区学院 | 玩转移动学习（移动学习与智慧生活 Ⅱ) | 10 |
| 50 | 2017 | 杨浦区 | 杨浦区社区学院 | 生活中的法律——旅游中常见的法律 问题 | 8 |
| 51 | 2017 | 静安区 | 静安社区学院 | 走进石库门 | 8 |
| 52 | 2017 | 徐汇区 | 徐汇区社区学院 | 中华舞韵——中国代表性民间舞及舞 蹈文化赏析 | 8 |
| 53 | 2017 | 青浦区 | 青浦区社区学院 | 成就孩子、修身自己，学做智慧家长 ——家庭教育系列微课 | 8 |
| 54 | 2017 | 浦东新区 | 浦东新区社区学 院、浦兴社区学 | 微型明清家具制作技艺 | 8 |
| 55 | 2017 | 普陀区 | 普陀区社区学院 | 朱氏绳艺 | 8 |
| 56 | 2017 | 宝山区 | 宝山区社区学院 | 二十四孝的现代解读 | 10 |
| 57 | 2017 | 松江区 | 松江区社区学院 | 常式太极推手微课系列 | 8 |
| 58 | 2017 | 虹口区 | 虹口区社区学院 | 精武文化 | 8 |
| 59 | 2017 | 闵行区 | 闵行区社区学院 | 创意手工之自然探索 | 8 |
| 60 | 2017 | 奉贤区 | 奉贤区社区学院 | 打莲湘 | 6 |
| 61 | 2017 | 静安区 | 上海行健职业学 院 | 乐学书画——楷书与国画 | 6 |
| 62 | 2017 | 崇明区 | 崇明区社区学院 | 崇明民俗文化 | 6 |
| 63 | 2017 | 金山区 | 金山区社区学院 | 廊下土布手工艺品制作系列微课 | 6 |
| 64 | 2017 | 浦东新区 | 上海开放大学浦 东南校 | 南汇味道——知名瓜果的种植与选择 | 6 |
| 65 | 2018 | 浦东新区 | 浦东新区社区学 院 | 钢笔淡彩绘上海 | 6 |
| 66 | 2018 | 黄浦区 | 黄浦区社区学院 | 弄堂九子游戏 | 6 |
| 67 | 2018 | 静安区 | 静安区社区学院 | 0-3岁婴幼儿居家早教课程 | 6 |
| 68 | 2018 | 静安区 | 上海行健职业学 院 | 乐学书画——楷书系列 | 6 |
| 69 | 2018 | 徐汇区 | 徐汇区社区学院 | 家有考生 | 6 |
| 70 | 2018 | 长宁区 | 长宁区社区学院 | “入园适应”家长课 | 6 |
| 71 | 2018 | 普陀区 | 普陀区社区学院 | 钱币收藏入门 | 6 |
| 72 | 2018 | 虹口区 | 虹口区社区学院 | 家有初中生——心理健康辅导手册 | 6 |
| 73 | 2018 | 杨浦区 | 杨浦区社区学院 | 今天如何做家长（高中篇） | 6 |
| 74 | 2018 | 宝山区 | 宝山区社区学院 | 做智慧型的父母 | 6 |
| 75 | 2018 | 闵行区 | 闵行区社区学院 | 传统乡土游戏 | 6 |
| 76 | 2018 | 嘉定区 | 嘉定区社区学院 | 科学生活——饮食安全那些事 | 6 |
| 77 | 2018 | 金山区 | 金山区社区学院 | 朱泾花灯 | 6 |
| 78 | 2018 | 松江区 | 松江区社区学院 | 今天如何做家长（小学篇） | 6 |
| 79 | 2018 | 青浦区 | 青浦区社区学院 | 今天如何做家长(学前篇2） | 6 |
| 80 | 2018 | 奉贤区 | 奉贤区社区学院 （奉贤区金汇成 人中等文化技术 学校） | 金汇皮影戏 | 6 |
| 81 | 2018 | 崇明区 | 崇明区社区学院 | 崇明美食 | 6 |
| 82 | 2019 | 黄浦区 | 黄浦区社区学院 | 上海地名文化——守护城市的记忆 | 6 |
| 83 | 2019 | 静安区 | 静安区社区学院 | 时尚彩妆入门 | 6 |
| 84 | 2019 | 普陀区 | 普陀区社区学院 | 海派瓷刻 | 6 |
| 85 | 2019 | 虹口区 | 虹口区社区学院 | 邮说中国节 | 6 |
| 86 | 2019 | 闵行区 | 闵行区社区学院 | 海派非遗艺术 | 6 |
| 87 | 2019 | 嘉定区 | 嘉定区社区学院 | 科学生活——生活中的妙招 | 6 |
| 88 | 2019 | 青浦区 | 青浦区社区学院 | 崧泽文化 | 6 |
| 89 | 2021 | 静安区 | 静安区社区学院 、静安区精艺进 修学校 | 芭蕾舞剧欣赏 | 6 |
| 90 | 2021 | 学指办 | 上海交通大学医 学院附属第九人 民医院 | 医学科普七堂课 | 6 |
| 91 | 2021 | 虹口区 | 虹口区曲阳路街 道社区学校 | 非物质文化遗产——指掌画 | 6 |
| 92 | 2021 | 松江区 | 松江区洞泾镇社 区学校 | 易拉罐铝皮画 | 6 |
| 93 | 2021 | 嘉定区 | 嘉定区社区学院 | 科学生活——健康睡眠 | 6 |
| 94 | 2021 | 浦东新区 | 浦东新区社区学 院、浦东新区金 桥镇社区学校 | 艺术押花 | 6 |
| 95 | 2021 | 青浦区 | 青浦区社区学院 | 中老年舞韵瑜伽 | 6 |
| 96 | 2021 | 崇明区 | 崇明区社区学院 | 盛世花开——十大花卉知多少 | 6 |
| 97 | 2021 | 金山区 | 金山区漕泾镇社 区学校 | “盐”途创意体验 | 6 |
| 98 | 2021 | 闵行区 | 闵行区社区学院 | 故事片经典之声 | 6 |
| 99 | 2022 | 浦东新区 | 上海市浦东新区 社区学院 | 药食养生 | 16 |
| 100 | 2022 | 学指办 | 学指办 | 常见疾病的中医预防与治疗 | 16 |
| 101 | 2022 | 嘉定区 | 上海市嘉定区社 区学院 | “救”在身边——常用急救诊疗技术 | 16 |
| 102 | 2022 | 长宁区 | 上海市长宁区社 区学院 | 走进昆曲 | 16 |
| 103 | 2022 | 虹口区 | 上海市虹口区社 区学院、虹口区 广中路街道社区 | 中华传统香文化的前世今生 | 16 |
| 104 | 2022 | 崇明区 | 上海市崇明区社 区学院（瀛通老年大学） | 瀛洲乡愁——创意海派插花 | 16 |
| 105 | 2022 | 徐汇区 | 上海市徐汇区社 区学院 | 慧与惠家——家庭教育系列课程 | 18 |
| 106 | 2023 | 学指办 | 上海交通大学医 学院附属第九人 民医院 | 关于心肌梗死那些事 | 10 |
| 107 | 2023 | 黄浦区 | 上海市黄浦区第 四社区教育中心 、打浦桥街道社 区（老年）学校 | 非遗木偶 治愈心灵 | 10 |
| 108 | 2023 | 长宁区 | 上海市长宁区社 区学院、上海市 长宁区天山路街 道社区（老年） | 非遗面塑课堂——节气与四季 | 12 |
| 109 | 2023 | 虹口区 | 上海市虹口区社 区学院 | 中国传统服饰（汉服）文化赏析 | 10 |
| 110 | 2023 | 闵行区 | 上海市闵行区梅 陇镇社区学校 | 二十四节气与科学养生 | 10 |
| 111 | 2023 | 嘉定区 | 上海市嘉定区社 区学院、上海市 嘉定区安亭镇社 | 《大块头·茶馆》“闲话”生活系列 | 8 |
| 112 | 2023 | 松江区 | 上海市松江区社 区学院、上海市 松江区新浜镇成 人中等文化技术 | 漫绘美丽乡村 | 10 |
| 113 | 2023 | 金山区 | 上海市金山区社 区学院、上海市 金山区朱泾镇社 | 非遗宋代点茶 | 10 |
| 114 | 2024 | 金山区 | 上海市金山区社 区学院、上海市 金山区枫泾镇社 | 少林武穆八段锦 | 10 |
| 115 | 2024 | 静安区 | 上海市静安社区 学院 | 宋代的样子： 上海博物馆中的宋画行 旅记 | 10 |
| 116 | 2024 | 徐汇区 | 上海市徐汇区老 年大学 | 沪语童谣说唱 | 10 |
| 117 | 2024 | 闵行区 | 上海市闵行区颛 桥镇社区学校 | 生命如歌： 摄影作品视角下的人文故 事 | 10 |
| 118 | 2024 | 浦东新区 | 上海市浦东新区 社区学院、上海 市浦东新区南码 头路街道社区 | 走进篆刻 | 10 |
| 119 | 2024 | 松江区 | 上海市松江区社 区学院、上海市 松江区石湖荡镇 社区学校 | 黄梅戏经典曲目赏析 | 10 |
| 120 | 2024 | 长宁区 | 上海市长宁区社 区学院 | 以针作绣承匠心——苏绣针法基础 | 10 |
| 121 | 2024 | 嘉定区 | 上海市嘉定区社 区学院 | 八分园中的中国百年搪瓷 | 10 |

**总计** 1266