

“第四届 NERC 杯全国社区教育优秀微课程评选”一等奖获奖名单

序号	作品名称	分类	报送单位
1	人类的进化之路	科学素养	国家开放大学数字化学习资源中心
2	认识彗星	科学素养	国家开放大学数字化学习资源中心
3	家庭急救十忌	职业技能	成都广播电视大学
4	规避创业风险	电子商务	南京市江宁社区学院
5	旅游过程中第三人侵权的法律 责任由谁承担？	法律维权	上海市杨浦区社区学院
6	隔代家庭教育	家长教育	昆山开放大学
7	摄影入门微课堂之光圈的运用	摄影摄像	沈阳广播电视大学
8	实用旅游英语-酒店住宿	语言培训	北京宣武红旗业余大学
9	怎样提升家庭生活的“民主浓 度”？	婴幼儿教育	上海市青浦区社区学院
10	绘画艺术的起源	绘画	国家开放大学数字化学习资源中心
11	意外来前，如何订立遗嘱？	法律维权	慈溪社区学院（慈溪电大）
12	家有二宝 如何是好	家长教育	成都市锦江区社区教育中心
13	老年人家庭护理	护理康复	上海市静安社区学院
14	防范电信诈骗	公共安全	长沙广播电视大学（长沙社区大学）
15	电影的诞生	戏曲戏剧	福建广播电视大学
16	吃在常德之桃源擂茶的家常制作	家庭烹调	常德广播电视大学（常德社区大学）
17	蒹葭	文学	上海市长宁区社区学院
18	楷书“左右结构”字的结字要点	书法	上海行健职业学院
19	平湖西瓜灯	民风民俗	平湖社区学院
20	自我意识的发展与自我完善	心理健康	沈阳广播电视大学
21	民间借贷的借条怎么写？	科学素养	浙江广播电视大学
22	钱老师说碧玺	生活技艺	上海市黄浦区社区学院
23	萌萌哒多肉	生活技艺	昆山开放大学
24	警惕街头 wi-fi	信息技术	宝安区职业训练局
25	巨额网贷谁来还？	法律维权	北京市西城经济科学大学
26	歌唱语言与台词训练简介	音乐	国家开放大学数字化学习资源中心
27	电影音乐主题即兴伴奏的技法	戏曲戏剧	国家开放大学数字化学习资源中心
28	创意手工之陌上花开	家庭手工艺	上海市闵行区社区学院
29	书包里的沉浮	文明礼仪	成都市武侯区社区学院
30	高血压知识问与答	养生保健	朝阳广播电视大学
31	食物冷藏要注意哪些问题？	家庭烹调	上海市虹口区社区学院
32	婚姻的质量	婚姻家庭	国家开放大学数字化学习资源中心

序号	作品名称	分类	报送单位
33	博物旅行摄影必不可少的准备工作	旅游	广西广播电视大学
34	光圈与快门	摄影摄像	北京市西城经济科学大学
35	二十四孝的现代解读之“涤亲溺器”	道德修养	宝山区社区学院
36	原子论者——德谟克利特	科学素养	国家开放大学数字化学习资源中心
37	宝宝会分享	家长教育	杭州市上城区社区学院
38	驴友自助游遇险，“驴头”有无法律责任？	法律维权	上海市杨浦区社区学院

## “第四届 NERC 杯全国社区教育优秀微课程评选”二等奖获奖名单

序号	作品名称	分类	报送单位
1	提高摄影水平的小技巧	职业技能	南京城市职业学院（南京市广播电视大学）
2	雾霾治理：从伦敦到北京	道德修养	国家开放大学数字化学习资源中心
3	演讲学手势语的运用	语言培训	吉林广播电视大学（吉林省社区教育指导中心）
4	财经应用文写作——借条的书写	职业技能	容桂职业技术学校
5	走进“茭白之乡”——练塘	国情教育	上海市青浦区社区学院
6	我会穿衣裤	家长教育	杭州市上城区社区学院
7	陈麻婆豆腐	生活技艺	成都市武侯区社区学院
8	收、付款凭证的填制	职业技能	温州城市大学
9	莫让遗嘱成遗憾	法律维权	北京市西城经济科学大学
10	旅游英语之办理入住	语言培训	北京市西城经济科学大学
11	佛教的中国化	哲学历史	国家开放大学数字化学习资源中心
12	何为“宜茶之水”	生活技艺	国家开放大学数字化学习资源中心
13	用支付宝服务老年生活	公共安全	余姚电大（社区学院）
14	一马力有多大	科学素养	沈阳广播电视大学
15	黑茶的起源	生活技艺	国家开放大学数字化学习资源中心
16	本心笃行谈“爱国”	国情教育	国家开放大学数字化学习资源中心
17	如何正确乘坐电梯	公共安全	重庆市九龙坡区社区教育学院·重庆广播电视大学九龙坡分校·重庆市九龙坡区成人教育发展中心
18	竹子画法	绘画	成都市双流区社区教育学院
19	移动支付知多少	应用软件培训	上海市长宁区社区学院
20	海岸	科学素养	国家开放大学数字化学习资源中心
21	竞聘文写作	职业技能	武汉市社区教育学院
22	走进石库门	篆刻雕塑	上海市静安社区学院
23	青少年国学礼仪	文明礼仪	横杨社区
24	山西面塑技艺与传承之代县面塑	生活技艺	太原市杏花岭区社区教育学院
25	隔代教育的利与弊	家长教育	国家开放大学数字化学习资源中心
26	游记随心打造-让你的照片更有故事	应用软件培训	上海市长宁区社区学院
27	南通非遗一蓝印花布	生活技艺	南通开放大学

序号	作品名称	分类	报送单位
28	有线电力猫-----家庭组网的好帮手	IT 设备操作培训	沈阳广播电视大学
29	如何管理你的老板	公共管理培训	上海市闵行区社区学院
30	默斯·坎宁汉的机遇舞蹈	舞蹈	国家开放大学数字化学习资源中心
31	手工制作润唇膏	家庭手工艺	昆山开放大学
32	《凉州词》赏析	文学	上海市长宁区社区学院
33	微型明清家具之靠背椅	生活技艺	上海市浦东新区社区学院
34	出境旅游那些事儿	法律维权	上海市杨浦区社区学院
35	月季黑斑病的识别与防治	农业技术	国家开放大学数字化学习资源中心
36	管道燃气安全使用培训课程	家庭安全	金普新区社区学院
37	古法造纸	生活技艺	上海市徐汇区社区学院
38	如何为孩子选购合适的教育险?	家庭理财	慈溪社区学院（慈溪电大）
39	钟埭杜做酒的制作	生活技艺	平湖社区学院
40	心脏复苏微课	护理康复	大连市中山区社区大学
41	生活中的管理学-懒蚂蚁效应	职业技能	沈阳广播电视大学
42	艾森豪威尔法则	职业技能	沈阳广播电视大学
43	创意手工之镜中花世界	生活技艺	上海市闵行区社区学院
44	草鞋的制作	职业技能	宁波市海曙区横街镇成人文化技术学校
45	燃气泄露后的应急措施	家庭安全	重庆市九龙坡区社区教育学院·重庆广播电视大学九龙坡分校·重庆市九龙坡区成人教育发展中心
46	独特的紫砂	生活技艺	无锡市新吴区社区学院
47	口语交际的合作原则	语言培训	广西广播电视大学
48	希望老人周火生	道德修养	昆山市千灯镇社区教育中心
49	居家插花造型设计	生活技艺	江北社区教育学院
50	剪纸	生活技艺	杭州市下城区社区学院
51	杭州传统面食制作技艺——小笼包	生活技艺	杭州市上城区社区学院
52	越剧大家唱：那一日钱塘道上送你归	科学素养	浙江广播电视大学
53	骨质疏松症的认识和预防	养生保健	昆山市巴城镇社区教育中心
54	特殊的储蓄理财方式与技巧	家庭理财	沈阳广播电视大学
55	辰河追梦——辰河高腔和它的传承人	民风民俗	湘西自治州民族广播电视大学（湘西自治州社区大学）

序号	作品名称	分类	报送单位
56	红茶之美	生活技艺	宁波市镇海区职业教育中心学校 (镇海社区学院)
57	南星的桥	环境保护	杭州市上城区社区学院
58	生活中的税—房产税	生活技艺	浙江广播电视大学
59	神奇的电力猫	IT 设备操作培训	内蒙古广播电视大学
60	品尝川菜的灵魂——郫县豆瓣的故事	家庭烹调	成都市郫都区社区教育学院
61	先进后出的栈：一把弹夹式玩具枪	生活技艺	浙江广播电视大学乐清分校
62	手指的综合训练	音乐	上海市长宁区社区学院
63	千年珍品话龙井	科学素养	浙江广播电视大学
64	儿童防诱拐安全教育	生活技艺	长春广播电视大学
65	人像构图摄影	生活技艺	宁波大榭开发区社区教育学院
66	学“正”字袭家风	道德修养	杭州市上城区社区学院
67	厨房里的那点事——“盐”花缭乱	养生保健	上海市嘉定区社区学院
68	吃东西前，请注意一下这些包装	养生保健	上海市嘉定区社区学院
69	公共部门人力资源开发与管理	职业技能	北京市大兴区社区学院
70	干画法	绘画	上海市长宁区社区学院
71	草帽编制技艺	就业指导	慈溪社区学院（慈溪电大）
72	《浣溪沙》赏析	文学	上海市长宁区社区学院
73	如何回答孩子的各种问题？	婴幼儿教育	上海市虹口区社区学院
74	高速摄影的拍摄方法	职业技能	广西广播电视大学
75	学会完美的蛋白打发-戚风蛋糕	家庭烹调	上海市虹口区社区学院
76	彩色铅笔画的基本技法和赏析——人物眼睛的示范	绘画	上海市浦东新区社区学院
77	3D 打印技术解读	创业指导	沈阳广播电视大学
78	中国汉字的演变	文学	沈阳广播电视大学
79	PS 简易抠图教程	应用软件培训	重庆市九龙坡区社区教育学院·重庆广播电视大学九龙坡分校·重庆市九龙坡区成人教育发展中心
80	儿童心肺复苏	护理康复	贵州广播电视大学（贵州职业技术学院）

“第四届 NERC 杯全国社区教育优秀微课程评选”三等奖获奖名单

序号	作品名称	分类	报送单位
1	塑料制品的身份证	科学素养	上海市虹口区社区学院
2	棒针基础针法——上下针	生活技艺	上海市黄浦区社区学院
3	办公室健美操	体育健身	杭州市上城区社区学院
4	二胡基础——G 调二把位	音乐	沈阳广播电视大学
5	咖啡的生活	生活技艺	上海市长宁区社区学院
6	浮雕花瓶创意画	绘画	上海市浦东新区社区学院
7	《多宝塔碑》永字解析	书法	上海行健职业学院
8	老年人退休后与配偶的关系管理	生活技艺	浙江广播电视大学
9	机上餐饮	旅游	浙江广播电视大学
10	面塑制作——青花瓷旗袍花瓶	篆刻雕塑	上海市闵行区社区学院
11	蜡染	生活技艺	上海市徐汇区社区学院
12	二维码的小陷阱	信息技术	宝安区职业训练局
13	位图和矢量图的比较教学	教师教育培训	安徽广播电视大学滁州分校
14	戴老师喊你学急救——损伤救护篇	自救急救	宁波市镇海区职业教育中心学校（镇海社区学院）
15	求田问道 八卦田遗址公园	哲学历史	杭州市上城区社区学院
16	苛希纳定律	职业技能	安徽广播电视大学滁州分校
17	“六随”新媒体矩阵反邪宣传入户到人	国情教育	杭州市上城区社区学院
18	生活中的管理学-保龄球效应	职业技能	沈阳广播电视大学
19	旅途期间行李丢失怎么办？	法律维权	上海市杨浦区社区学院
20	砥砺奋进的五年	科学素养	大连广播电视大学
21	婚法说之房产权署名篇	法律维权	吉林广播电视大学（吉林省社区教育指导中心）
22	认知老年人心理特征	心理健康	厦门城市职业学院（厦门市广播电视大学）
23	走进历史安阳《文明之光》	哲学历史	安阳社区大学
24	一日不食便无味：洋葱汤	生活技艺	上海市黄浦区社区学院
25	假币诈骗识别与预防	公共安全	余姚电大（社区学院）

序号	作品名称	分类	报送单位
26	造纸业职业病危害与防治	公共安全	慈溪社区学院（慈溪电大）
27	守护婚姻的四大法则	婚姻家庭	武汉市社区教育学院
28	红色党建引领孝德文化	道德修养	绵阳广播电视大学
29	尚学龙泉匠心课堂系列课程——彩铅绘制芒果	绘画	成都市龙泉驿区社区教育中心
30	家庭如何进行消防检查	家庭安全	重庆市九龙坡区社区教育学院·重庆广播电视大学九龙坡分校·重庆市九龙坡区成人教育发展中心
31	建立班级课程表	应用软件培 训	花山社区学院
32	“福”字剪纸技法	民风民俗	青岛市市南区教育研究中心
33	玩转手机社交-微信功能再掌握	应用软件培 训	上海市长宁区社区学院
34	消防疏散标志的基本知识	职业技能	杭州社区大学
35	绘本阅读那点事	职业技能	天津城市职业学院
36	如何应对孩子的不良行为	婴幼儿教育	无锡市新吴区社区学院
37	铭记历史 勿忘国耻 共圆美丽中国梦	道德修养	沈阳广播电视大学
38	常用的婴幼儿护理技术	护理康复	襄阳职业技术学院
39	安东萝卜干制作	职业技能	涟水县社区培训学院
40	魔法蛋糕	生活技艺	南宁职业技术学院
41	生命能量系列课程	道德修养	上海市静安社区学院
42	元宵之美	民风民俗	太原市迎泽区社区学院
43	川西民居	民风民俗	成都市武侯区社区学院
44	齐白石与衰年变法——“诗印字画”齐白石	绘画	湘潭市图书馆
45	音乐艺术欣赏——自由探戈	音乐	青岛广播电视大学
46	大清门	哲学历史	沈阳广播电视大学
47	法律大讲堂之被发小告上法庭的董事长	法律维权	北京市西城经济科学大学
48	你相信你的眼睛吗？	科学素养	内蒙古广播电视大学
49	《星月夜》——梵高绘画作品欣赏	绘画	天津市河东区职工大学（河东区社区学院）
50	为什么会把天聊死	公共管理培 训	上海市闵行区社区学院



序号	作品名称	分类	报送单位
51	歌唱气息的练习方法	音乐	成都市金牛区社区教育学院
52	认识认识电动汽车	汽车驾驶	无锡市新吴区社区学院
53	东北十大怪与东北方言	文学	吉林广播电视大学（吉林省社区教育指导中心）
54	制作动感片尾	应用软件培训	花山社区学院
55	杂粮碗·外婆菜	职业技能	南京市玄武区社区进修学院
56	铁观音茶一冲泡与品饮	生活技艺	上海市闵行区社区学院
57	怎样的交流孩子更容易接受？	婴幼儿教育	上海市虹口区社区学院
58	习近平新时代中国特色社会主义思想	国情教育	大连广播电视大学
59	塘栖美食——粢毛肉圆的制作方法	生活技艺	杭州市余杭区塘栖成校
60	传统手工长面的制作技艺	民风民俗	宁波市海曙区高桥镇成人文化技术学校
61	初中英语常用时态的基本机构	青少年教育	重庆市石柱土家族自治县第一初级中学
62	铁观音冲泡	生活技艺	赵巷成人学校
63	吃出来的食管癌	养生保健	山西广播电视大学
64	戚风蛋糕的制作	生活技艺	余姚市低塘成人中等文化技术学校
65	延陵虎头鞋	生活技艺	丹阳市延陵镇社区教育中心
66	农村老人谨防保健品骗局	养生保健	江苏省如东县岔河镇社区教育中心
67	老年人马路跌倒与求助	婚姻家庭	温州城市大学
68	将军说廉	道德修养	南京市鼓楼区人民政府宁海路办事处
69	合理的膳食	食疗食补	淮安市徐杨中学
70	家风家训探寻——周庄曹氏家训	道德修养	江阴市周庄镇成人教育中心校
71	神秘消失的沈阳候城	哲学历史	辽宁沈阳和平区社区学院
72	夜景人像的拍摄手法	职业技能	广西广播电视大学
73	南梁革命精神的时代内涵	哲学历史	甘肃省广播电视大学
74	租房时防止诈骗的技巧	家庭安全	宝安区职业训练局
75	公民参与政治生活的原则	时事政治	安徽省含山县第一中学
76	中国结之八道盘长结的制作	生活技艺	成都市青羊社区教育学院
77	用衍纸制作双色花	婴幼儿教育	辽宁沈阳和平区社区学院
78	交谈礼仪-夫妻如何交谈才	婚姻家庭	北京市大兴区社区学院



序号	作品名称	分类	报送单位
	能更融洽		
79	吃在常德之正宗津市牛肉粉的制作方法	生活技艺	常德广播电视大学（常德社区大学）
80	认识计算机病毒	职业技能	安徽广播电视大学滁州分校
81	《小程序，大发现》—图片文字识别 OCR 小程序	应用软件培 训	珠海开放大学
82	公共体育健身器材使用指南-太空漫步机	体育健身	常州开放大学
83	VR 职业体验之旅—法眼看职业之销售	法律维权	杭州市余杭区塘栖镇成人文化技术学校
84	西文重生记	岗位培训	南京市建邺区社区培训学院
85	教你如何夸孩子	婚姻家庭	武汉市社区教育学院
86	朱金漆木雕	哲学历史	宁波市鄞州区社区学院
87	如何和孩子一起正确面对青春期生理现象	青少年教育	北京市大兴区社区学院
88	配搭若自然，栖居有诗意——家居的色彩配搭	生活技艺	成都市新都社区教育学院
89	酒店英语小常识-西餐点菜	旅游	浙江广播电视大学
90	如何选择紫砂壶	生活技艺	重庆市渝中区社区教育学院
91	会声会影制作微电影·锦上添花	职业技能	江北区教育局
92	乒乓球正手攻球	体育健身	重庆市巴南区龙洲湾小学校
93	家庭煤气中毒急救	自救急救	重庆市黔江广播电视大学
94	消费者的基本权利	法律维权	贵州广播电视大学（贵州职业技术学院）
95	老年人玩转智能出行之专车出行	信息技术	温州城市大学
96	不做低头族	道德修养	宝安区职业训练局
97	快乐交朋友	文明礼仪	淮安市天津路小学
98	电梯出现故障时的应急措施	公共安全	重庆市九龙坡区社区教育学院·重庆广播电视大学九龙坡分校·重庆市九龙坡区成人教育发展中心
99	五分钟化解夫妻怨恨	婚姻家庭	蒸湘区教育文化体育局
100	手绘儿童 T 恤	生活技艺	北京市顺义区社区教育中心
101	实用微课基础操作	应用软件培 训	长春广播电视大学
102	工笔花鸟画·练一练染色技	绘画	江北区教育局

序号	作品名称	分类	报送单位
	法		
103	天池	旅游	新疆广播电视大学
104	糯米当家之米酒	生活技艺	丰台区职工大学
105	谁对他的成长负责	家长教育	贵州广播电视大学（贵州职业技术学院）
106	Premiere 字幕与字幕特技	职业技能	南京城市职业学院（南京市广播电视大学）
107	老年人玩转智能出行之走进安卓	信息技术	温州城市大学
108	古朴天然的苗族舞蹈	舞蹈	上海市徐汇区社区学院
109	红豆年糕汤的制作	生活技艺	慈溪市观海卫社区教育学院
110	萧山手绣花边技艺：第四课网针教学	生活技艺	杭州市萧山区瓜沥镇成人文化技术学校
111	建国七十载，家居亦沧桑	生活技艺	成都市新都社区教育学院
112	音乐串烧制作——音乐的分割与合并	应用软件培训	长沙广播电视大学（长沙社区大学）
113	国画梅花的画法	绘画	宁波市镇海区招宝山街道社区教育中心
114	养教结合护理系列之翻身预防压疮	职业技能	宁波市鄞州区社区学院
115	黄帝内经五维养生	养生保健	大连市西岗区社区教育学院
116	吃饭喷喷香	家长教育	杭州市上城区社区学院
117	健康生活——家庭绿化的选择	生活技艺	上海市嘉定区社区学院
118	和宝宝一起度过敏感期	婴幼儿教育	上海市虹口区社区学院
119	龙潭金箔	民风民俗	南京城市职业学院（南京市广播电视大学）
120	“回头浪子”讲禁毒	公共安全	衡阳市广播电视大学（衡阳市社区大学）
121	公共文明引导员常用英语	英语	北京市西城经济科学大学
122	多对多的数据结构：认识“图”的世界	应用软件培训	浙江广播电视大学乐清分校
123	父母该如何引导孩子描述不适症状	婴幼儿教育	无锡市新吴区社区学院
124	药食同源（春季篇）	食疗食补	上海市嘉定区社区学院
125	多肉植物的景观设计	生活技艺	上海市杨浦区社区学院
126	昆曲生角	戏曲戏剧	昆山高新区社区教育中心
127	头颈训练	舞蹈	上海市长宁区社区学院
128	五分钟法律常识——对汽	法律维权	四川广播电视大学（四川省社区教育服

序号	作品名称	分类	报送单位
	车销售欺诈说不		务指导中心)
129	熟普之美	生活技艺	宁波市镇海区职业教育中心学校(镇海社区学院)
130	实用品茶技巧	食疗食补	江北社区教育学院
131	巨额彩票惹风波	法律维权	北京市西城经济科学大学
132	蜡染	生活技艺	上海市长宁区社区学院
133	老年瑜伽入门的理疗瑜伽	养生保健	杭州市下城区社区学院
134	虚拟现实技术	科学素养	浙江广播电视大学
135	有助于视力恢复的穴位	护理康复	广西广播电视大学
136	中老年便秘的预防与康复保健	职业技能	成都广播电视大学
137	《让尼采带你认识你自己》 读书分享会	文学	大连市西岗区社区教育学院
138	木板年画——没年画就不叫过年	民风民俗	西安社区大学
139	七个快乐的小音符	音乐	衡阳市广播电视大学(衡阳市社区大学)
140	崆峒山之溯源崆峒	哲学历史	甘肃省广播电视大学
141	传统面塑的制作	民风民俗	重庆市巴南区李家沱街道社区教育学校
142	国粹京剧小常识	戏曲戏剧	大连甘井子社区学院
143	水车鱼冻	生活技艺	娄底广播电视大学
144	土家摆手舞	民风民俗	重庆市石柱土家族自治县第一初级中学
145	学画糖果	婴幼儿教育	辽宁沈阳和平区社区学院
146	生活中的数学美——身边的黄金比率	生活技艺	河北省秦皇岛广播电视大学
147	生活中的货币时间价值	职业技能	北京市大兴区社区学院
148	吴地古风	哲学历史	无锡市新吴区社区学院
149	杭州传统面食制作技艺—— 一片儿川	生活技艺	杭州市上城区社区学院
150	折纸鹤	生活技艺	天津市河东区职工大学(河东区社区学院)
151	微党课——一带一路、筑梦中国	道德修养	丰台区职工大学
152	如何在photoshop中使用钢笔工具抠图	应用软件培 训	佛山开放大学(佛山社区大学)
153	横向思维	教师教育培	上海市闵行区社区学院

序号	作品名称	分类	报送单位
		训	
154	反问句及其应用	语言培训	新疆广播电视大学
155	英语	语言培训	天水开放大学社区教育学院
156	味道济源	生活技艺	济源广播电视大学
157	男士西装套装礼仪	文明礼仪	南宁职业技术学院社区教育学院
158	舞蹈培训——第一套戏曲 广播体操	体育健身	广西广播电视大学
159	文字处理随心所欲 ——Word2010 图文处理	应用软件培 训	温州城市大学
160	咸齏大汤黄鱼制作	民风民俗	浙江省宁波市海曙区鼓楼街道中山社区