



上海教育资源中心  
Educational Resources Center

**2018** 下半年

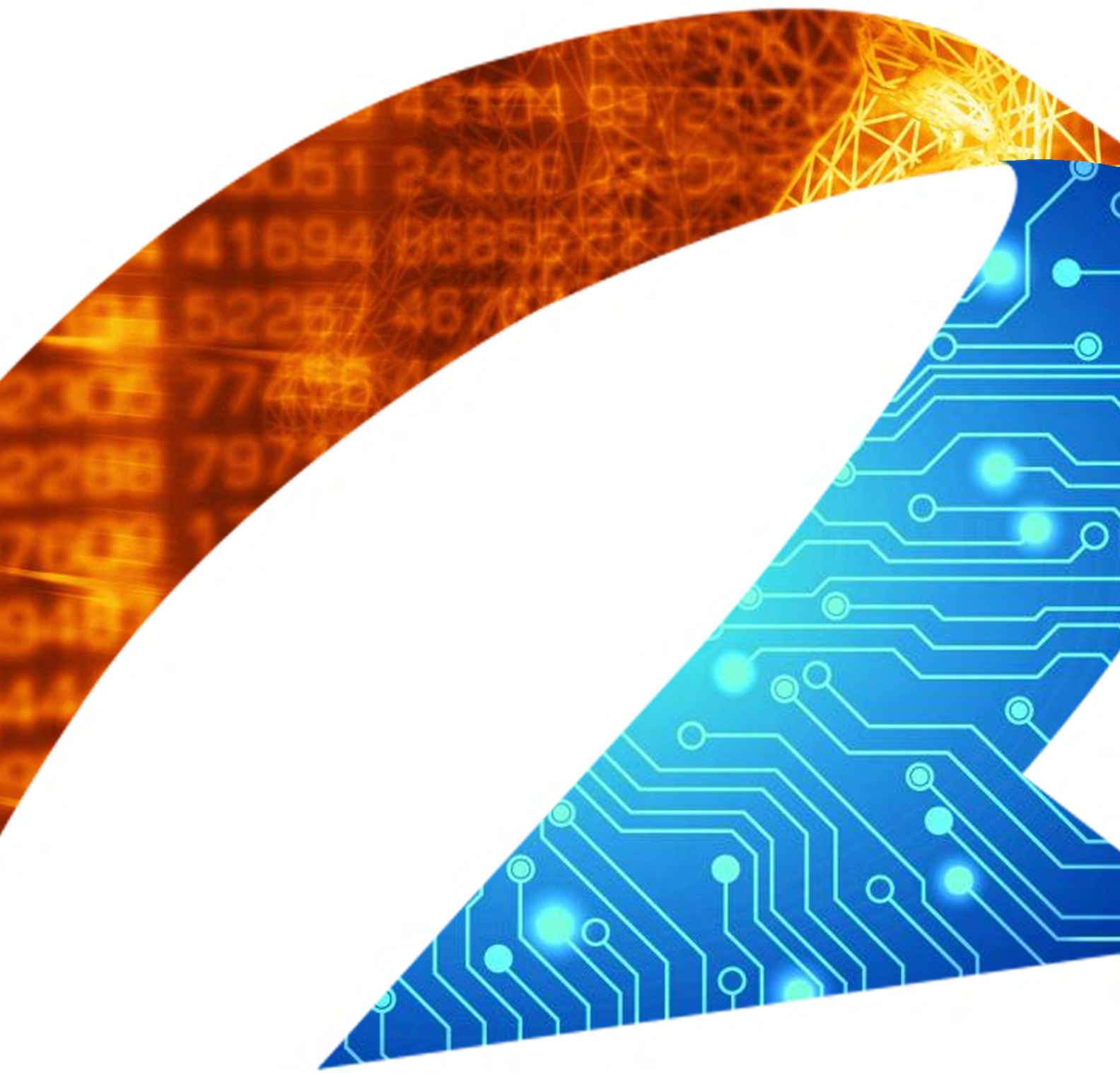
**资源推荐手册**  
(终身教育)








挑选你所需，打造属于你的资源中心！





## 目录

# Content

关于我们.....	1
丰富的资源.....	3
如何获取资源.....	4
特别推荐.....	5
推介清单.....	23
市民教育 .....	24
健康教育 .....	32
艺术修养 .....	34
文化修养 .....	37
实用技能 .....	41
体育健身 .....	76
资源分类.....	78
更多资源.....	79



# 关于我们

上海教育资源中心为上海市教育信息化顶层设计“一网三中心两平台”中的重要组成部分，是上海市教委筹建的市级公益性服务平台，以“构建上海教育资源公共服务体系，满足各类人群的学习需求”为目标，提供基础性的资源汇聚和供给，努力实现大规模优质教育资源的规范管理及互联互通，致力于成为优质教育资源的存储应用枢纽中心。

上海教育资源中心通过建设、采购、共享置换、联盟共建等方式，汇聚各级各类数字化教育资源，目前已达4万多个，资源丰富、内容广泛、形式多样。

针对教育资源应用机构，结合资源应用的实际需要，上海教育资源中心为上海市各类教育机构及信息化学习平台提供丰富优质的数字化教育资源。





首页

资源超市

机构联盟

新闻动态

公共服务

请输入关键字



登录

注册

已注册人数:520398

# 老克勒与小百搭

(lao) (ke) (le) (gao) (xiao) (ba) (de)

## 沪语版

上海喊话

SHANGHAI



资源汇聚



资源申请



资源置换



机构入驻

用户人数：520398

平台访问量：15703726

资源共享数：58473

联盟机构：11

化素养 艺术学 理学 其他  
品德资源库 学习网 睿则思 绿伞 社文信息科技 红菱  
学指办 玉屋粟 新东方 中文在线 爱迪科森视频 图书  
网络课程 文档

中文在线

中文在线文化发...  
资源：2919上海市学习型社会建...  
汇聚资源：2076上海学习网  
汇聚资源：9689上海睿则恩信息技...  
汇聚资源：29北京爱迪科森教育科...  
汇聚资源：144上海红菱数字出版科...  
汇聚资源：191

更多机构



资源汇聚



资源申请



资源置换

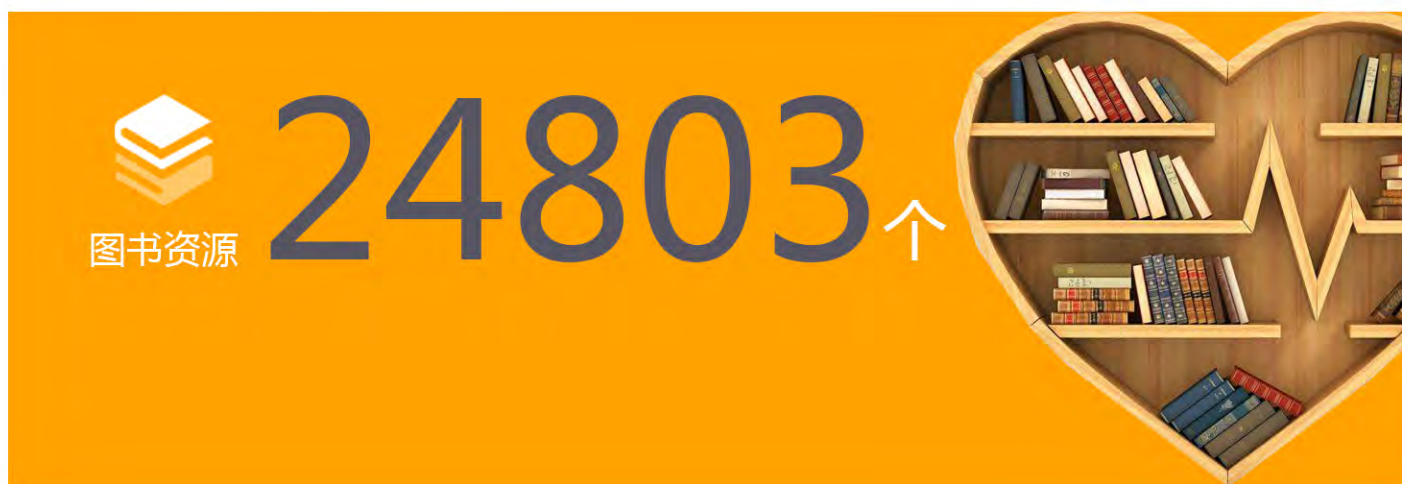


机构入驻



# 丰富的资源

上海教育资源中心现有视频、网络课程、图书、文档等  
各级各类数字化教育资源共计49543个。

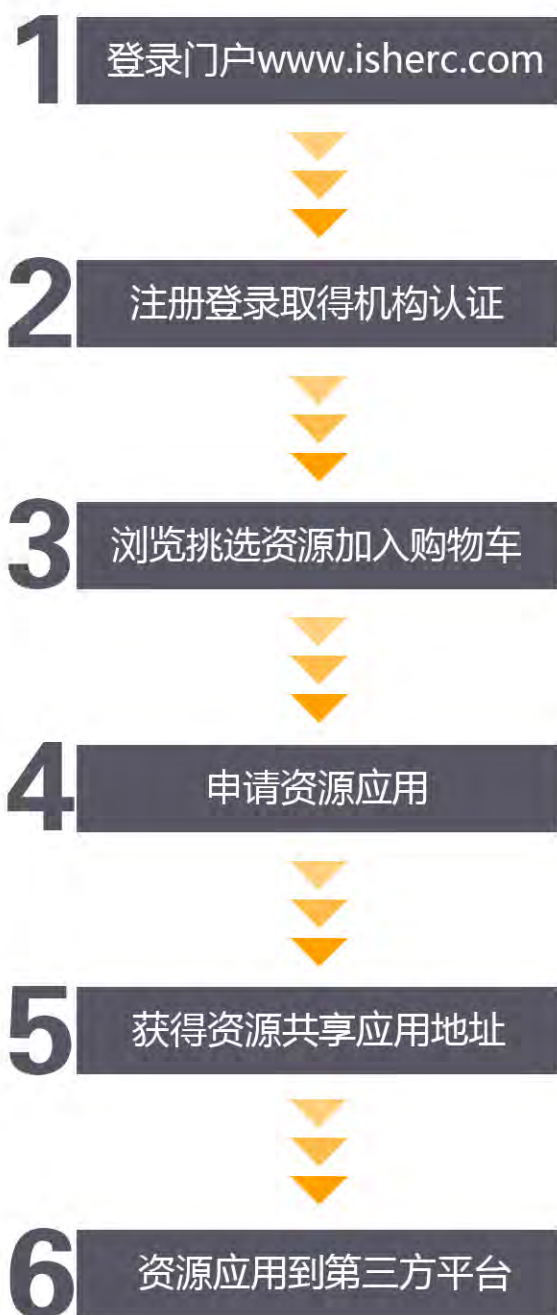




# 如何获取资源

上海教育资源中心提供对外资源共享应用业务服务。

其主要资源输送业务流程如下：





# 你可知道

谁是亚历山大？

你可知道

公元前334年发生的战争？

你可知道

如何抵挡超过自己5倍的波斯大军？

你可知道

他在征战欧洲后，最终是否成为了亚洲之王？



# 特别推荐

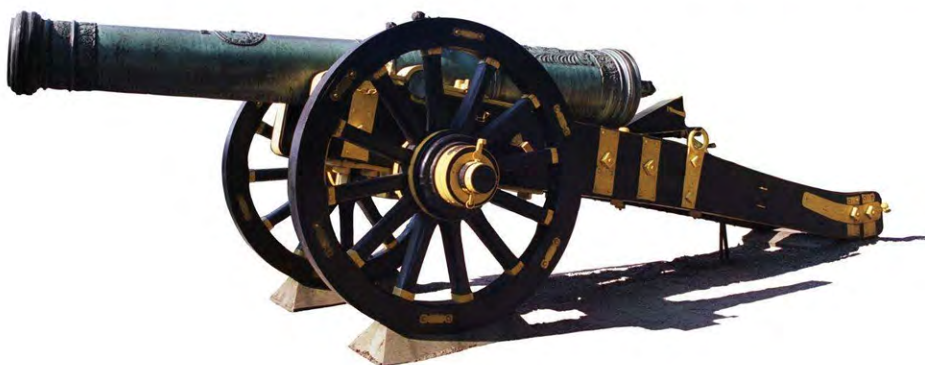
## 01 《终极战争》

军事 / 历史 / 人物

来源：上海教育资源中心



码上观看







# 还买面包？你out啦！

如果你不知道做什么，你就做饭。

如果你不知道吃什么，你就吃面包。

如果你不知道怎么做，你就来看看保罗吧。

如果你不知道该选哪一种，你就每种都试试吧。

现在有个绝好的机会让你的双手灵巧起来，

满足自己对美食的追求！

你还在等什么？



# 特别推荐

## 02 《保罗教你做面包》

美食 / 文化 / 西点

来源：上海学习网



码上成大厨



视频课程，保罗手把手地教你，让你成为面包达人



# 特别推荐

## 03 《汉字启蒙童谣》

亲子 / 歌谣 / 动画

来源：上海教育资源中心

唱着童谣，  
在哼唱中完成孩子的启蒙教育！



扫描查看



一只小鹿 走山路 头上长树 穿毛裤

两只小象 河边走 扬起鼻子 勾一勾

三只小猴 树上跳 .....

四只小熊 .....

一首《动物歌》

是否让你会心一笑？

是否唤起你儿时的记忆？

是否可以成为与儿孙情感交流的纽带？



# 特别推荐

## 04 《生活中的安全常识》

安全 / 常识 / 生活

来源：上海教育资源中心

### 安全与您相伴



扫描查看



安全与危险也许就在咫尺之间，

学会自我保护，

将安全防护时刻牢记在心。

安全的生活环境需要我们自己守护

让原本枯燥的安全知识变得通俗易懂，

让安全教育走进融入我们的心底。

让安全与你相伴。

# 特别推荐

## 05 《趣味科学》

亲子 / 歌谣 / 动画

来源：上海教育资源中心

### 这是魔法吗？

### NO, NO, NO, 这是科学。



扫描查看



电灯为什么会发光？

拉链为什么能合二为一？

眼球的工作原理是什么？

现在大热的虚拟现实又是什么新技术？

这些有趣现象背后的科学原理是什么呢？

快来跟我们一起探索吧！

# 特别推荐

## 06 《绿色地球》

安全 / 常识 / 生活

来源：上海教育资源中心

### 尊重自然、顺应自然、保护自然



扫描查看



6·5世界环境日，  
保护环境，是一种永恒的追求！  
不知何时起，天空灰暗，河水浑浊，  
地球逐渐失去了灵动和光泽... ..  
让我们共同行动，  
一起寻找把环境变得更干净的方法。  
做日行小事的环保“侠客”，  
保护生态环境，推动绿色发展。



# 特别推荐

## 07 《时间背后的风景》

艺术 / 绘画 / 历史

来源：上海教育资源中心

### 梵高，莫奈，塞尚... ..

### 走近他们，触摸历史，感受艺术



扫描查看



这里有许多许多的画家，

让我们和著名画家大卫·邓禄普一起走遍时间的长廊，

探访当年梵高创作经典名画的地方，

感受历史艺术角度的自然风光。

# 特别推荐

## 08 《产后瑜伽》

运动 / 养生 / 健身

来源：上海学习网

### 一项有着5000年历史的 生理及精神练习



扫描查看



运用古老而易于掌握的技巧，  
改善人们生理、心理、情感和精神方面的能力，  
是一种达到身体、心灵与精神和谐统一的运动方式。  
产后瑜伽各种特定的体式、有效的呼吸、平静的冥想，  
有助于妈妈恢复体型、母乳充裕、体力充沛。

# 特别推荐

## 09 《超级课堂——语文》

文学 / 文化 / 文言

来源：上海教育资源中心

终日而思，  
不如须臾之所学



扫描查看



山不在高，有仙则名

山北水南谓之阴

醉翁之意不在酒

.....

亲近经典,领略文言魅力

畅听文学常识，提升文化素养

让我们走进古文的文化殿堂



# 特别推荐

## 10 《折纸乐园》

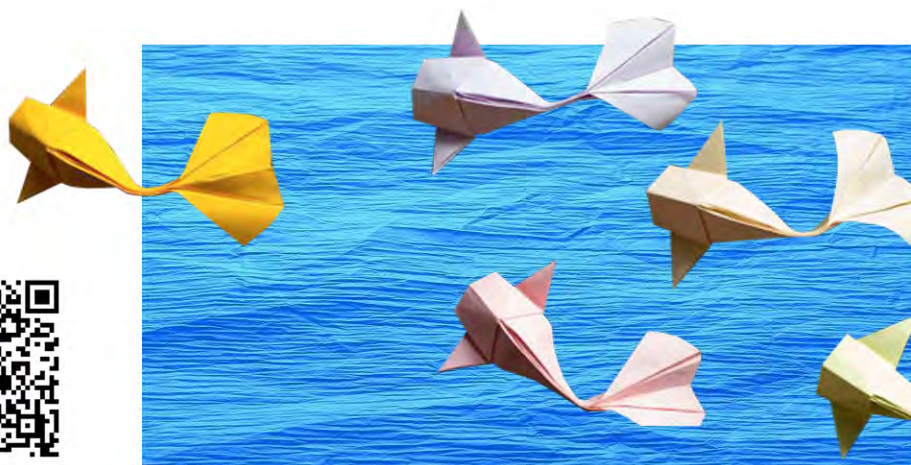
手工 / 技艺 / 亲子

来源：上海教育资源中心

### 哇！！纸张活起来啦！！



扫描查看



一张小小的纸片可以折成什么呢？

一个桃子

一条鱼

一只狐狸

.....

只有你想不到，没有做不到哦

各种生动鲜明、造型各异的折纸

等你来实现

# 特别推荐

## 11 《老克勒与小百搭》

保健 / 沪语 / 中医

来源：上海市学习型社会建设服务指导中心

头疼脑热不用愁，  
听沪语版的老克勒中药治疗之道。



扫描查看



小儿发烧、胃痛、顽固打嗝

头痛、痛风、失眠

屁多、咳嗽、便秘

鼻炎、失眠症、哮喘

生活中常见的病症无处不在，

请听沪语版的老克勒的中药治疗之道。

# 特别推荐

## 12 《开心宝贝之开心大冒险》

亲子 / 动画 / 育儿

来源：上海玉屋粟信息科技股份有限公司

### 开心超人、甜心超人、粗心超人、 花心超人、小心超人



扫描查看



来到危机重重的灰心星球，都展开了哪些冒险呢？

五位超人是如何保护星星球的？

是否得到全新的机车侠呢？

宅博士最常做的事情是什么呢？

大大怪和小小怪做了什么呢？



# 特别推荐

# 13 《photoshopCS6图像处理》

软件 / 实操 / 设计

来源：上海社文信息科技有限公司

## 会P个照片算什么 其实，成为PS大神很容易！



扫描查看



剪贴蒙版艺术字、照片的磨皮处理、综合修补

创意合成、通道合成、匹配颜色合成

特效文字的制作.....

掌握各种设计技巧

提高设计艺术品位

练就精湛娴熟的特效制作技能

实现我们的工作、生活需要

# 特别推荐

## 14 《学算术》

亲子 / 动画 / 数学

来源：北京爱迪科森教育科技股份有限公司

### 学中玩，玩中学

### 让数字精灵成为你的好朋友吧！



扫描查看



数学中最古老、最基础和最初等的部分，  
它研究数的性质及其运算。

把数和数的性质、数和数之间的四则运算  
在应用过程中的经验累积起来，

并加以整理，就形成了最古老的一门数学。

它的加法和乘法会服从哪些规律呢？

# 特别推荐

## 15 《综合素质强化进阶班》

语言 / 技能 / 英语

来源：北京新东方迅程网络科技股份有限公司

### 别笑！

### 这真的是英语学习，确实有意思。



扫描查看



英语学习可不只是语言的学习

你的计算机信息处理都掌握了吗？

你知道逻辑思维的考核主要是关联词吗？

阅读、写作有什么技巧呢？

学习英语都需要哪些综合素质呢？



# 特别推荐

## 16 《二十世纪超现实主义绘画大师》

教育 / 艺术 / 美学

来源：上海红菱数字出版科技有限公司

### 超现实主义？什么鬼？

### 放松点，让我们一起走进超现实艺术。



扫描查看



超现实主义是在法国开始的文学艺术流派，

1920年至1931年间盛行于欧洲文学及艺术界中。

超现实

源于达达主义，对于视觉艺术的影响力深远。

以所谓“超现实”、“超理智”的梦境、幻觉等作为艺术创作的源泉

它对传统艺术有什么影响呢？

让我们一起走进超现实



## 终身教育资源推介清单

### 资源目录

市民教育 .....	24
健康教育 .....	32
艺术修养 .....	34
文化修养 .....	37
实用技能 .....	41
体育健身 .....	76



## 市民教育

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
1	艾学蛟：《突发事件与危机管理》	12	348	视频	安全教育
2	奥普拉全明星 第二季	6	180	视频	家庭教育
3	奥普拉全明星 第一季	4	170	视频	家庭教育
4	白色垃圾	1	54	视频	环保教育
5	帮孩子找到自信的位置	2	38	视频	家庭教育
6	冰上巡航	4	188	视频	科普教育
7	超级课堂-综合	10	85	视频	科普教育
8	陈赞洪：拉孩子一把	11	319	视频	家庭教育
9	成就孩子、修身自己，学做智慧家长	8	61	视频	家庭教育
10	成长比成功更重要	3	56	视频	家庭教育
11	程社明：职场成功者的亲子关系	12	348	视频	家庭教育
12	初中教育微访谈 二	5	22	视频	家庭教育
13	初中教育微访谈 三	4	16	视频	家庭教育
14	初中教育微访谈 一	5	12	视频	家庭教育
15	创客微电影机甲列传	12	96	视频	科普教育
16	垂直服务切开千亿法律市场	3	87	视频	法律教育
17	打造生态绿化城市	1	29	视频	环保教育
18	大脑的奥秘	1	52	视频	科普教育
19	倒霉熊大电影-Mug Travel	1	77	视频	家庭教育
20	倒霉熊第三部	52	208	视频	家庭教育
21	倒霉熊第一部	52	208	视频	家庭教育
22	地球：身体力行	2	63	视频	环保教育
23	地球的力量	1	53	视频	环保教育
24	地球的秘密	9	190	视频	科普教育
25	动画第二季阿U系列	60	360	视频	家庭教育
26	动画第一季阿U系列	60	365	视频	家庭教育
27	动画龙骨山	26	338	视频	家庭教育
28	动画梦梦狗 MONK	52	156	视频	家庭教育
29	多变海洋 第二季	4	102	视频	环保教育
30	多变海洋 第三季	4	103	视频	环保教育
31	多变海洋 第四季	4	102	视频	环保教育
32	多变海洋 第五季	4	101	视频	环保教育
33	多元智能与儿童的成长	3	54	视频	家庭教育
34	儿童安全常识	34	288	视频	安全教育
35	儿童安全教育	14	45	视频	安全教育
36	儿童生活常识教育	33	86	视频	家庭教育
37	二十四孝的现代解读	10	56	视频	家庭教育
38	发现孩子的学习类型	2	34	视频	家庭教育
39	发现母亲 成就孩子	11	319	视频	家庭教育



## 市民教育

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
40	法律硕士考研导学	5	13	视频	法律教育
41	肥猫瘦狗精灵鼠	26	364	视频	家庭教育
42	肥猫正传	52	520	视频	家庭教育
43	愤怒	1	42	视频	家庭教育
44	风和自然	4	85	视频	环保教育
45	凤凰登火星 上	2	60	视频	科普教育
46	凤凰登火星 下	2	65	视频	科普教育
47	父母课堂 0-3岁家长系列	15	77	视频	家庭教育
48	父母课堂 13-18岁的中学生家长系列	14	75	视频	家庭教育
49	父母课堂 4-6岁家长系列	15	73	视频	家庭教育
50	父母课堂 7-12岁家长系列	16	85	视频	家庭教育
51	父母课堂 孩子的人格危机教育	12	66	视频	家庭教育
52	父母课堂 未成年人安全系列	28	173	视频	安全教育
53	父母上岗证_蹲下来的世界	5	29	视频	家庭教育
54	父母上岗证_隔代教育之“三明治”现象	4	39	视频	家庭教育
55	父母上岗证_陪伴	5	31	视频	家庭教育
56	父母上岗证_入园准备	5	79	视频	家庭教育
57	父母上岗证_情商“充电宝”	5	31	视频	家庭教育
58	父母上岗证_熊孩子大招	5	44	视频	家庭教育
59	改变世界的天气	9	191	视频	环保教育
60	钢铁飞龙	50	1196	视频	家庭教育
61	钢铁工人 第二季	9	191	视频	安全教育
62	钢铁工人 第一季	4	85	视频	安全教育
63	跟着成语学美德	48	436	视频	家庭教育
64	哈利讲故事	83	357	视频	家庭教育
65	孩子 决不放弃你	8	232	视频	家庭教育
66	海洋小伙伴	26	338	视频	家庭教育
67	骇客星球	6	127	视频	科普教育
68	汉字启蒙童谣	60	60	视频	家庭教育
69	好父母决定孩子一生	12	348	视频	家庭教育
70	好孩子是暗示出来的	2	54	视频	家庭教育
71	黑暗的世界	4	85	视频	安全教育
72	互联网+	10	47	视频	科普教育
73	互联网+新发展和新应用	12	78	视频	科普教育
74	环保系列——变废为宝	5	75	视频	环保教育
75	环境家 第二季	8	202	视频	环保教育
76	环境家 第一季	7	175	视频	环保教育
77	绘说天下之安徒生童话 (1)	1	4	视频	家庭教育
78	绘说天下之安徒生童话 (2)	1	5	视频	家庭教育



## 市民教育

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
79	绘说天下之神话故事	2	8	视频	家庭教育
80	极限定向爆破	3	141	视频	科普教育
81	极限飞行	4	85	视频	安全教育
82	加减乘除二	10	54	视频	家庭教育
83	加减乘除一	10	54	视频	家庭教育
84	家长的自我成长	2	49	视频	家庭教育
85	建立和谐尊重的两性关系 二	1	26	视频	家庭教育
86	建立和谐尊重的两性关系 一	5	120	视频	家庭教育
87	交集	1	42	视频	思政教育
88	经典儿歌	68	113	视频	家庭教育
89	经济学园	52	728	视频	家庭教育
90	救生员 第二季	13	292	视频	安全教育
91	救生员 第一季	13	292	视频	安全教育
92	飓风 360	8	339	视频	安全教育
93	军人的妻子	8	339	视频	家庭教育
94	开心宝贝之古灵星历险记	52	624	视频	家庭教育
95	开心宝贝之开心超人	52	676	视频	家庭教育
96	开心宝贝之开心超人大作战	52	676	视频	家庭教育
97	开心宝贝之开心大冒险	52	624	视频	家庭教育
98	开心宝贝之开心星星球	52	624	视频	家庭教育
99	科普节气 100 问	108	108	视频	科普教育
100	科学教育法	12	348	视频	家庭教育
101	可爱的潜意识	5	118	视频	家庭教育
102	可乐姐姐讲故事	32	221	视频	家庭教育
103	恐龙宝宝漫游记之我爱我家 1	72	288	视频	家庭教育
104	恐龙宝宝漫游记之我爱我家 2	72	288	视频	家庭教育
105	快乐森林	26	208	视频	家庭教育
106	蓝猫健康特工队	104	1427	视频	家庭教育
107	蓝猫龙骑团	60	1020	视频	家庭教育
108	蓝猫龙骑团之炫迪传奇	60	1020	视频	家庭教育
109	劳动合同法新规要点、最新司法解释及企业用工误区深度解读	3	72	视频	法律教育
110	乐活二期 (八)	5	25	视频	环保教育
111	乐活二期 (九)	5	21	视频	环保教育
112	乐活二期 (六)	5	20	视频	环保教育
113	乐活二期 (七)	5	31	视频	环保教育
114	乐活二期 (十)	5	28	视频	环保教育
115	乐活二期 (四)	5	28	视频	环保教育
116	乐活二期 (五)	5	32	视频	环保教育

## 市民教育

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
117	乐活一期（二）	5	32	视频	环保教育
118	乐活一期（三）	5	41	视频	环保教育
119	乐活一期（四）	5	31	视频	环保教育
120	乐活一期（五）	5	45	视频	环保教育
121	乐活一期（一）	5	45	视频	环保教育
122	李阳：如何把成功传给下一代	7	203	视频	家庭教育
123	零至一岁的早期教育	106	553	视频	家庭教育
124	龙卷风走廊	12	508	视频	安全教育
125	龙骑士传奇	37	430	视频	家庭教育
126	绿色地球 第二季	26	646	视频	环保教育
127	绿色地球 第一季	26	624	视频	环保教育
128	梦想总动员	104	520	视频	家庭教育
129	面具战士	26	676	视频	家庭教育
130	魔法妈妈故事妙妙屋	40	440	视频	家庭教育
131	魔法妈妈讲故事	52	312	视频	家庭教育
132	魔法森林大冒险	52	312	视频	家庭教育
133	母亲对孩子一生的影响	4	99	视频	家庭教育
134	男孩女孩的教养差别	5	102	视频	家庭教育
135	你所不知道的美加留学	10	290	视频	家庭教育
136	培养孩子良好的注意力	2	41	视频	家庭教育
137	瓢虫贝贝之神秘工厂	52	624	视频	家庭教育
138	瓢虫贝贝之乌龙魔法	52	624	视频	家庭教育
139	拼音儿歌	28	31	视频	家庭教育
140	奇妙小世界	52	416	视频	家庭教育
141	潜水艇巡航	3	134	视频	思政教育
142	亲子教育	2	54	视频	家庭教育
143	亲子游戏	28	80	视频	家庭教育
144	趣味科学	104	312	视频	家庭教育
145	让孩子在快乐中变精英	12	348	视频	家庭教育
146	让你孩子善解人意的八大秘方	2	33	视频	家庭教育
147	三七小福星上部	26	286	视频	家庭教育
148	三七小福星下部	26	338	视频	家庭教育
149	三七小福星之宝露先生	26	364	视频	家庭教育
150	三七小福星之菌菌大乱斗	26	390	视频	家庭教育
151	三七小福星之榕城遗迹	26	390	视频	家庭教育
152	三七小福星之神奇的百果藤	26	390	视频	家庭教育
153	珊瑚礁牧人	4	84	视频	环保教育
154	申请美国本科名校的策略和技巧	4	116	视频	家庭教育
155	生活中的安全常识	18	148	视频	安全教育





## 市民教育

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
156	生活中的法律	30	175	视频	法律教育
157	旅游中常见的法律问题	8	46	视频	法律教育
158	生日梦精灵	52	676	视频	家庭教育
159	生态旅游: 生存的真正成本	8	201	视频	环保教育
160	圣心石战记	68	650	视频	家庭教育
161	食品生产的安全管理与控制(3)	1	5	视频	法律教育
162	食用菌	9	55	视频	科普教育
163	世界健康前沿: 污水, 炙热	2	63	视频	环保教育
164	属于我们的街道	2	54	视频	安全教育
165	水, 生命之源	1	52	视频	环保教育
166	司法考试 08 年四川卷真题讲解 二	4	12	视频	法律教育
167	司法考试 08 年四川卷真题讲解 一	5	37	视频	法律教育
168	算数儿歌	24	34	视频	家庭教育
169	塔利班战事	6	258	视频	思政教育
170	太极蝌蚪成长记	52	676	视频	家庭教育
171	太空之旅	1	54	视频	科普教育
172	探索能源	2	56	视频	环保教育
173	铁甲卡卡龙	52	1145	视频	家庭教育
174	王裕如: 好孩子来自好父母	4	116	视频	家庭教育
175	伟大父母的六种职能	2	44	视频	家庭教育
176	我爸爸的军队	1	47	视频	思政教育
177	我们的美国	8	344	视频	家庭教育
178	夏威夷空中营救	6	127	视频	安全教育
179	向松祚: 大国竞争战略	11	319	视频	思政教育
180	逍遥游世界	52	728	视频	家庭教育
181	小豆派派来了	52	624	视频	家庭教育
182	小鬼当家	10	417	视频	家庭教育
183	小狐狸发明记	52	1196	视频	家庭教育
184	小老虎第二部	52	416	视频	家庭教育
185	小老虎第一部	26	52	视频	家庭教育
186	小破孩系列动画	52	139	视频	家庭教育
187	小鼠乒乓	78	936	视频	家庭教育
188	小星球 大主意 第二季	13	327	视频	环保教育
189	小星球 大主意 第三季	13	329	视频	环保教育
190	小星球 大主意 第一季	13	314	视频	环保教育
191	心理系列——亲子关系	2	30	视频	家庭教育
192	心算口诀天天练	48	376	视频	家庭教育
193	新生宝宝	2	46	视频	家庭教育
194	新市民系列 安全常识	14	70	视频	科普教育



## 市民教育

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
195	新市民系列 工作技巧	15	80	视频	科普教育
196	新市民系列 环保知识	20	113	视频	环保教育
197	新市民系列 生活妙招	11	45	视频	安全教育
198	星星字母歌	30	102	视频	家庭教育
199	徐晓东：走进孩子内心世界	12	348	视频	家庭教育
200	学算术八	10	53	视频	家庭教育
201	学算术二	24	44	视频	家庭教育
202	学算术九	10	52	视频	家庭教育
203	学算术六	10	56	视频	家庭教育
204	学算术七	10	51	视频	家庭教育
205	学算术三	9	38	视频	家庭教育
206	学算术四	10	55	视频	家庭教育
207	学算术五	10	54	视频	家庭教育
208	学算术一	8	54	视频	家庭教育
209	银杏系列——话古树银杏	3	45	视频	科普教育
210	英语儿歌背单词	30	160	视频	家庭教育
211	婴幼儿情绪与情感发展	1	17	视频	家庭教育
212	优质父母知识点精讲（二）二	5	12	视频	家庭教育
213	优质父母知识点精讲（二）三	5	37	视频	家庭教育
214	优质父母知识点精讲（二）四	5	16	视频	家庭教育
215	优质父母知识点精讲（二）一	5	65	视频	家庭教育
216	优质父母知识点精讲（三）二	4	26	视频	家庭教育
217	优质父母知识点精讲（三）三	5	27	视频	家庭教育
218	优质父母知识点精讲（三）四	5	18	视频	家庭教育
219	优质父母知识点精讲（三）一	5	37	视频	家庭教育
220	优质父母知识点精讲（四）二	5	32	视频	家庭教育
221	优质父母知识点精讲（四）三	5	40	视频	家庭教育
222	优质父母知识点精讲（四）四	5	36	视频	家庭教育
223	优质父母知识点精讲（四）一	5	27	视频	家庭教育
224	优质父母知识点精讲（五）二	5	25	视频	家庭教育
225	优质父母知识点精讲（五）一	5	37	视频	家庭教育
226	优质父母知识点精讲（一）二	5	27	视频	家庭教育
227	优质父母知识点精讲（一）三	5	30	视频	家庭教育
228	优质父母知识点精讲（一）四	5	23	视频	家庭教育
229	优质父母知识点精讲（一）一	5	31	视频	家庭教育
230	预知未来	6	127	视频	安全教育
231	云彩面包	78	858	视频	家庭教育
232	陨石人 第二季 上	8	202	视频	科普教育
233	陨石人 第二季 下	8	205	视频	科普教育



## 市民教育

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
234	陨石人 第三季 上	8	188	视频	科普教育
235	陨石人 第三季 下	8	204	视频	科普教育
236	陨石人 第一季 上	7	150	视频	科普教育
237	陨石人 第一季 下	7	170	视频	科普教育
238	早期教育 (1~3 岁)	3	60	视频	家庭教育
239	早期教育 (3~6 岁)	1	30	视频	家庭教育
240	拯救恒河	5	102	视频	环保教育
241	郑委:《爱学习 会学习 能学习》	10	290	视频	家庭教育
242	郑委:《从自然型父母到智慧型家长》	8	232	视频	家庭教育
243	郑委:《父母做对了 孩子才优秀》	14	406	视频	家庭教育
244	智慧父母	32	864	视频	家庭教育
245	中国父母不可忽视的生命教育	2	39	视频	家庭教育
246	终极战争	3	149	视频	思政教育
247	周春明:《计较是贫穷的开始》	6	174	视频	家庭教育
248	做好父母 更要做好老师	13	377	视频	家庭教育
249	食品安全	1	120	网络课程	安全教育
250	网络生活指南	1	120	网络课程	科普教育
251	0-3 岁婴幼儿家庭早期教育	1	120	网络课程	家庭教育
252	十万个为什么 (一)	5	30	网络课程	科普教育
253	十万个为什么 (五)	5	30	网络课程	科普教育
254	十万个为什么 (四)	5	30	网络课程	科普教育
255	十万个为什么 (十一)	5	30	网络课程	科普教育
256	十万个为什么 (十五)	5	30	网络课程	科普教育
257	十万个为什么 (十四)	5	30	网络课程	科普教育
258	十万个为什么 (十三)	5	30	网络课程	科普教育
259	十万个为什么 (十七)	5	30	网络课程	科普教育
260	十万个为什么 (十六)	5	30	网络课程	科普教育
261	十万个为什么 (十九)	5	30	网络课程	科普教育
262	十万个为什么 (十二)	5	30	网络课程	科普教育
263	十万个为什么 (十八)	5	30	网络课程	科普教育
264	十万个为什么 (十)	5	30	网络课程	科普教育
265	十万个为什么 (三)	5	30	网络课程	科普教育
266	十万个为什么 (七)	5	30	网络课程	科普教育
267	十万个为什么 (六)	5	30	网络课程	科普教育
268	十万个为什么 (九)	5	30	网络课程	科普教育
269	十万个为什么 (二十)	5	30	网络课程	科普教育
270	十万个为什么 (二)	5	30	网络课程	科普教育
271	十万个为什么 (八)	5	30	网络课程	科普教育
272	科普一百问 (一)	5	30	网络课程	科普教育



## 市民教育

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
273	科普一百问 (五)	5	30	网络课程	科普教育
274	科普一百问 (四)	5	30	网络课程	科普教育
275	科普一百问 (十一)	5	30	网络课程	科普教育
276	科普一百问 (十五)	5	30	网络课程	科普教育
277	科普一百问 (十四)	5	30	网络课程	科普教育
278	科普一百问 (十三)	5	30	网络课程	科普教育
279	科普一百问 (十七)	5	30	网络课程	科普教育
280	科普一百问 (十六)	5	30	网络课程	科普教育
281	科普一百问 (十九)	5	30	网络课程	科普教育
282	科普一百问 (十二)	5	30	网络课程	科普教育
283	科普一百问 (十八)	5	30	网络课程	科普教育
284	科普一百问 (十)	5	30	网络课程	科普教育
285	科普一百问 (三)	5	30	网络课程	科普教育
286	科普一百问 (七)	5	30	网络课程	科普教育
287	科普一百问 (六)	5	30	网络课程	科普教育
288	科普一百问 (九)	5	30	网络课程	科普教育
289	科普一百问 (二十)	5	30	网络课程	科普教育
290	科普一百问 (二)	5	30	网络课程	科普教育
291	科普一百问 (八)	5	30	网络课程	科普教育
292	核心价值观 (一)	5	30	网络课程	思政教育
293	核心价值观 (五)	5	30	网络课程	思政教育
294	核心价值观 (四)	5	30	网络课程	思政教育
295	核心价值观 (十一)	5	30	网络课程	思政教育
296	核心价值观 (十五)	5	30	网络课程	思政教育
297	核心价值观 (十四)	5	30	网络课程	思政教育
298	核心价值观 (十三)	5	30	网络课程	思政教育
299	核心价值观 (十七)	5	30	网络课程	思政教育
300	核心价值观 (十六)	5	30	网络课程	思政教育
301	核心价值观 (十二)	5	30	网络课程	思政教育
302	核心价值观 (十八)	5	30	网络课程	思政教育
303	核心价值观 (十)	5	30	网络课程	思政教育
304	核心价值观 (三)	5	30	网络课程	思政教育
305	核心价值观 (七)	5	30	网络课程	思政教育
306	核心价值观 (六)	5	30	网络课程	思政教育
307	核心价值观 (九)	5	30	网络课程	思政教育
308	核心价值观 (二十)	5	30	网络课程	思政教育
309	核心价值观 (二)	5	30	网络课程	思政教育
310	核心价值观 (八)	5	30	网络课程	思政教育



## 健康教育

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
1	常式太极推手微课系列	8	55	视频	健康生活
2	儿童敏感期	8	136	视频	心理健康
3	新生儿的养育	34	173	视频	健康生活
4	心理系列——精神分裂症	2	30	视频	健康生活
5	刮痧保健 100 法	100	100	视频	中医养生
6	老克勒与小百搭沪语版	30	90	视频	中医养生
7	中医特色 100 法	100	100	视频	中医养生
8	人生必知 100 穴	100	100	视频	中医养生
9	心理系列——儿童品行障碍	3	45	视频	健康生活
10	心理系列——儿童多动症	3	45	视频	健康生活
11	心理系列——强迫症	7	105	视频	健康生活
12	心理系列——儿童孤独症	2	30	视频	健康生活
13	心理系列——老年抑郁症	6	90	视频	健康生活
14	心理系列——老年痴呆症	4	60	视频	健康生活
15	心理系列——抽动综合征	2	30	视频	健康生活
16	胰腺癌	5	75	视频	健康生活
17	巧妇必备 100 炊	100	100	视频	健康生活
18	灵验小药方动画版	100	100	视频	中医养生
19	打坐与养生	6	67	视频	中医养生
20	中原：九型人格读人术	9	261	视频	心理健康
21	治愈的力量	1	53	视频	健康生活
22	职业素养与心态	12	240	视频	心理健康
23	正能量心理	36	549	视频	心理健康
24	张其成：《国学养生》	10	290	视频	健康生活
25	张来生：顺应自然来养生	11	319	视频	健康生活
26	于际敬：压力与情绪管理	10	290	视频	心理健康
27	心理塑造	28	453	视频	心理健康
28	心理管理	36	547	视频	心理健康
29	吴大真：花养女人 幸福一生	12	348	视频	健康生活
30	王彤：《十二时辰养生法》	12	348	视频	中医养生
31	王凤岐：健康长寿靠自己	12	348	视频	中医养生
32	生命的无限力量	4	66	视频	心理健康
33	生存 下	8	201	视频	健康生活
34	生存 上	8	204	视频	健康生活
35	沈雁英：《红楼医学》	10	290	视频	中医养生
36	舌尖上的争夺者	10	441	视频	健康生活
37	认知心理	30	490	视频	心理健康
38	刘亚洲：伟大的小习惯	7	181	视频	心理健康
39	刘全军：小艾灸大健康	12	348	视频	中医养生

## 健康教育

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
40	领导力口才	8	204	视频	心理健康
41	乐活一期(十)	5	32	视频	健康生活
42	乐活一期(七)	5	33	视频	健康生活
43	乐活一期(六)	5	31	视频	健康生活
44	乐活一期(九)	5	31	视频	健康生活
45	乐活一期(八)	5	32	视频	健康生活
46	乐活二期(一)	5	29	视频	健康生活
47	乐活二期(十一)	5	26	视频	健康生活
48	乐活二期(十三)	2	11	视频	健康生活
49	乐活二期(十二)	5	27	视频	健康生活
50	乐活二期(三)	5	26	视频	健康生活
51	乐活二期(二)	5	31	视频	健康生活
52	健康心理	31	480	视频	心理健康
53	管理心理学	4	94	视频	心理健康
54	陈复思:《知己知彼的成功识人学》	4	116	视频	心理健康
55	NLP 做自己的造梦师	6	96	视频	心理健康
56	深度解析 2013 考研真题(一) 四	5	30	视频	健康生活
57	古代中医眼中的人体脏腑 二	1	34	视频	中医养生
58	古代中医眼中的人体脏腑 一	5	163	视频	中医养生
59	中医四季养生	1	120	网络课程	中医养生





## 艺术修养

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
1	毕加索原作欣赏	3	52	视频	绘画
2	播音主持	12	180	视频	表演
3	创意手工之自然探索	8	59	视频	手工艺
4	打莲湘	6	38	视频	舞蹈
5	大众演说	36	576	视频	表演
6	当众讲话	16	320	视频	表演
7	当众演讲	14	406	视频	表演
8	敌人照片中的抗日战争	4	92	视频	摄影摄像
9	发现与创造	4	88	视频	摄影摄像
10	风采演讲	14	232	视频	表演
11	公众讲话	20	480	视频	表演
12	公众演讲	34	714	视频	表演
13	古戏今赏	4	119	视频	戏剧
14	诡异 上	6	133	视频	艺术设计
15	诡异 下	6	132	视频	艺术设计
16	贵族的周末	6	252	视频	建筑
17	国际水彩画展导赏	1	14	视频	绘画
18	黑眼豆豆	2	21	视频	声乐
19	话剧是什么	3	62	视频	戏剧
20	怀兰艺术室 第二季	13	327	视频	绘画
21	怀兰艺术室 第六季	13	327	视频	绘画
22	怀兰艺术室 第三季	13	327	视频	绘画
23	怀兰艺术室 第四季	13	327	视频	绘画
24	怀兰艺术室 第五季	13	327	视频	绘画
25	怀兰艺术室 第一季	13	327	视频	绘画
26	绘画教程 一	1	36	视频	绘画
27	戛纳电影节 2012	7	168	视频	电影
28	科学发声	6	150	视频	表演
29	可乐姐姐学画画 (二)	200	580	视频	绘画
30	可乐姐姐学画画 (三)	46	136	视频	绘画
31	可乐姐姐学画画 (一)	100	299	视频	绘画
32	可乐姐姐做手工	134	361	视频	手工艺
33	蓝色草原	2	52	视频	声乐
34	廊下土布手工艺品制作系列微课	6	36	视频	手工艺
35	朗诵艺术	7	105	视频	表演
36	乐活二期 (二十)	6	30	视频	艺术设计
37	乐活二期 (十八)	4	20	视频	艺术设计
38	乐活二期 (十九)	3	15	视频	艺术设计
39	乐活二期 (十六)	6	40	视频	书法篆刻

## 艺术修养

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
40	乐活二期 (十七)	6	45	视频	书法篆刻
41	乐活二期 (十四)	8	45	视频	绘画
42	乐活二期 (十五)	4	25	视频	绘画
43	乐活一期 (十六)	5	43	视频	乐器
44	乐活一期 (十七)	5	26	视频	乐器
45	乐活一期 (十四)	5	42	视频	手工艺
46	乐活一期 (十五)	5	40	视频	手工艺
47	乐学书画——楷书与国画	6	46	视频	书法篆刻
48	刘纪辉: 色彩与形象	7	203	视频	艺术设计
49	魅力发声	20	545	视频	表演
50	魅力沟通	16	248	视频	表演
51	魅力口才	69	1380	视频	表演
52	魅力演讲	24	480	视频	表演
53	魅力演说	64	1280	视频	表演
54	蓬皮杜现代艺术大师展作品赏析	3	50	视频	电影
55	七天学会素描—静物写生	14	233	视频	绘画
56	七天学会素描—漫画人物	12	168	视频	绘画
57	七天学会素描—萌宠	9	165	视频	绘画
58	七天学会素描—石膏几何体	16	273	视频	绘画
59	七天学会素描—准备工作和基础知识	4	18	视频	绘画
60	奇趣工坊之剪纸宝典	42	336	视频	手工艺
61	奇趣工坊之手工宝典	42	336	视频	手工艺
62	奇趣工坊之折纸宝典	42	336	视频	手工艺
63	秋思琴韵	4	77	视频	乐器
64	三色艺术史	6	132	视频	绘画
65	摄影实用技能百问	28	140	视频	摄影摄像
66	审美的解放: 吴作人绘画艺术作品鉴赏	1	24	视频	绘画
67	声音美化	24	480	视频	表演
68	时代之声 上	8	192	视频	表演
69	时代之声 下	8	200	视频	表演
70	时间背后的风景	13	345	视频	艺术设计
71	实用演讲	48	1350	视频	表演
72	实战口才	33	600	视频	表演
73	实战演说	24	672	视频	表演
74	视野探索创新性思维	5	212	视频	电影
75	手工乐园	23	175	视频	手工艺
76	手工粘土跟我学	10	135	视频	手工艺
77	手绘素描彩铅食物之芒果	3	14	视频	绘画
78	手绘素描彩铅食物之柠檬	5	18	视频	绘画



## 艺术修养

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
79	手绘素描彩铅食物之苹果	4	22	视频	绘画
80	手绘素描彩铅食物之柿子	5	25	视频	绘画
81	手绘素描彩铅食物之甜甜圈	9	45	视频	绘画
82	手绘素描彩铅食物之香蕉	5	25	视频	绘画
83	谈寒夜剧本的创作	3	76	视频	电影
84	体感欣赏舞蹈	11	22	视频	舞蹈
85	听台湾爱唱歌	3	74	视频	声乐
86	微型明清家具制作技艺	8	53	视频	手工艺
87	中国的生态家园与电影人使命	5	110	视频	摄影摄像
88	我在上博修书画	3	79	视频	绘画
89	五分钟学会儿童画	25	375	视频	绘画
90	夏洛特·甘斯布访谈	1	25	视频	电影
91	演讲比赛	4	80	视频	表演
92	演讲的力量	2	51	视频	表演
93	演讲技巧	20	450	视频	表演
94	演讲艺术	10	160	视频	表演
95	演讲与口才	24	552	视频	表演
96	易书波：《领导演讲智慧》	11	319	视频	表演
97	银幕明星	13	560	视频	电影
98	英国不为人知的遗产 第二季	3	136	视频	建筑
99	英国不为人知的遗产 第一季	3	136	视频	建筑
100	粘粘天地	47	392	视频	手工艺
101	照片背后的故事	3	60	视频	摄影摄像
102	折纸乐园	34	169	视频	手工艺
103	中国传统山水画鉴赏 二	3	82	视频	绘画
104	中国传统山水画鉴赏 一	5	150	视频	绘画
105	中国话剧的现状与未来	2	66	视频	戏剧
106	中国代表性民间舞及舞蹈文化赏析	8	75	视频	舞蹈
107	朱氏绳艺	8	48	视频	手工艺
108	逐层曝光 二	5	53	视频	摄影摄像
109	逐层曝光 三	5	110	视频	摄影摄像
110	逐层曝光 四	3	39	视频	摄影摄像
111	逐层曝光 一	5	107	视频	摄影摄像
112	主持艺术	4	88	视频	表演
113	卓越演讲	26	468	视频	表演
114	自信演讲	8	160	视频	表演
115	自信演说	64	1300	视频	表演
116	走进石库门	8	47	视频	建筑



## 文化素养

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
1	被盗的莎士比亚	1	47	视频	文学欣赏
2	曹操的创业启示	3	65	视频	历史
3	超级课堂-语文	105	630	视频	文学欣赏
4	成语故事	58	238	视频	文学欣赏
5	成语故事之耻篇	24	228	视频	文学欣赏
6	成语故事之礼篇	24	220	视频	文学欣赏
7	成语故事之廉篇	24	217	视频	文学欣赏
8	成语故事之悌篇	24	230	视频	文学欣赏
9	成语故事之孝篇	24	229	视频	文学欣赏
10	成语故事之信篇	24	219	视频	文学欣赏
11	成语故事之义篇	24	220	视频	文学欣赏
12	成语故事之忠篇	24	215	视频	文学欣赏
13	崇明民俗文化	6	35	视频	民俗文化
14	春秋五霸之齐桓公	7	196	视频	历史
15	大道无形大巧若拙	4	75	视频	国学
16	道德经系列讲座	10	168	视频	国学
17	弟子规快速记忆	4	84	视频	国学
18	东西文明与东西文化	4	80	视频	国学
19	东野圭吾为什么那么火	3	46	视频	文学欣赏
20	动画淮南子	24	288	视频	国学
21	对红楼梦及其膜拜的反思	3	86	视频	文学欣赏
22	发掘埃及 一	5	123	视频	历史
23	高文然:《魅力之声 成功之道》	10	290	视频	礼仪礼节
24	古诗学堂第二部	42	378	视频	国学
25	古诗学堂第三部	42	378	视频	国学
26	古诗学堂第四部	42	378	视频	国学
27	古诗学堂第五部	42	378	视频	国学
28	古诗学堂第一部	42	378	视频	国学
29	汉高祖刘邦之传奇出身	4	96	视频	历史
30	汉高祖刘邦之起义之初	6	128	视频	历史
31	红楼梦中的“梦”与“悟”	3	93	视频	文学欣赏
32	绘说童话	14	56	视频	文学欣赏
33	解读金庸小说	4	112	视频	文学欣赏
34	今天如何读王阳明	6	122	视频	国学
35	精武文化	8	41	视频	民俗文化
36	崛起的乌托邦	3	98	视频	文学欣赏
37	跨界论道	4	129	视频	国学
38	老子与当代中国	5	97	视频	国学
39	老子哲学的管理智慧	5	153	视频	国学



## 文化素养

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
40	美妙的人生起步	3	61	视频	文学欣赏
41	命运之上的生存与梦想	2	67	视频	文学欣赏
42	南汇味道——知名瓜果的种植与选择	6	40	视频	民俗文化
43	钱穆的人生与志业	5	148	视频	国学
44	人际沟通	20	400	视频	礼仪礼节
45	人际沟通与技巧	24	500	视频	礼仪礼节
46	人际关系	24	528	视频	礼仪礼节
47	人际关系与沟通	24	570	视频	礼仪礼节
48	人际交往	20	480	视频	礼仪礼节
49	如何传承中华文化 1 二	5	130	视频	民俗文化
50	如何传承中华文化 1 六	5	130	视频	民俗文化
51	如何传承中华文化 1 三	5	130	视频	民俗文化
52	如何传承中华文化 1 四	5	130	视频	民俗文化
53	如何传承中华文化 1 五	5	130	视频	民俗文化
54	如何传承中华文化 1 一	5	130	视频	民俗文化
55	如何传承中华文化 2 二	5	130	视频	民俗文化
56	如何传承中华文化 2 六	5	130	视频	民俗文化
57	如何传承中华文化 2 三	5	130	视频	民俗文化
58	如何传承中华文化 2 四	5	130	视频	民俗文化
59	如何传承中华文化 2 五	5	130	视频	民俗文化
60	如何传承中华文化 2 一	5	130	视频	民俗文化
61	如何重新认识传统文化的价值	3	80	视频	国学
62	沙漠呢喃 第十八季	10	255	视频	民俗文化
63	沙漠呢喃 第十二季	13	338	视频	民俗文化
64	沙漠呢喃 第十九季	10	255	视频	民俗文化
65	沙漠呢喃 第十六季	13	338	视频	民俗文化
66	沙漠呢喃 第十七季	13	338	视频	民俗文化
67	沙漠呢喃 第十三季	13	338	视频	民俗文化
68	沙漠呢喃 第十四季	13	338	视频	民俗文化
69	沙漠呢喃 第十五季	13	338	视频	民俗文化
70	商务礼仪	24	528	视频	礼仪礼节
71	上海的神明在哪里	3	95	视频	国学
72	神秘博物馆 第二季	24	1035	视频	收藏鉴赏
73	神秘博物馆 第三季	13	559	视频	收藏鉴赏
74	岁月已旧人未老	3	96	视频	文学欣赏
75	孙百川：《易经智慧创百年企业》	11	319	视频	国学
76	孙岚：赢在服务	9	261	视频	礼仪礼节
77	天地之道-老子会讲	25	502	视频	国学
78	托克维尔与现代中国	3	99	视频	历史

## 文化素养

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
79	网络时代下的散文变革	4	100	视频	文学欣赏
80	文学的责任与使命	3	92	视频	文学欣赏
81	我是如何读书的	2	40	视频	文学欣赏
82	新世纪之交的女性写作	3	82	视频	文学欣赏
83	形象礼仪	16	256	视频	礼仪礼节
84	形象塑造	26	520	视频	礼仪礼节
85	性情与工夫	6	101	视频	国学
86	性善与向善	2	73	视频	国学
87	一个文化创造者的原力觉醒	17	211	视频	国学
88	易经简说	24	535	视频	国学
89	意学语文天地（八）	10	10	视频	文学欣赏
90	意学语文天地（二）	10	10	视频	文学欣赏
91	意学语文天地（二十）	10	10	视频	文学欣赏
92	意学语文天地（二十八）	10	10	视频	文学欣赏
93	意学语文天地（二十二）	10	10	视频	文学欣赏
94	意学语文天地（二十九）	10	10	视频	文学欣赏
95	意学语文天地（二十六）	10	10	视频	文学欣赏
96	意学语文天地（二十七）	10	10	视频	文学欣赏
97	意学语文天地（二十三）	10	10	视频	文学欣赏
98	意学语文天地（二十四）	10	10	视频	文学欣赏
99	意学语文天地（二十五）	10	10	视频	文学欣赏
100	意学语文天地（二十一）	10	10	视频	文学欣赏
101	意学语文天地（九）	10	7	视频	文学欣赏
102	意学语文天地（六）	10	7	视频	文学欣赏
103	意学语文天地（七）	10	10	视频	文学欣赏
104	意学语文天地（三）	10	10	视频	文学欣赏
105	意学语文天地（三十）	10	10	视频	文学欣赏
106	意学语文天地（三十八）	10	10	视频	文学欣赏
107	意学语文天地（三十二）	10	10	视频	文学欣赏
108	意学语文天地（三十九）	10	10	视频	文学欣赏
109	意学语文天地（三十六）	10	10	视频	文学欣赏
110	意学语文天地（三十七）	10	10	视频	文学欣赏
111	意学语文天地（三十三）	10	10	视频	文学欣赏
112	意学语文天地（三十四）	10	10	视频	文学欣赏
113	意学语文天地（三十五）	10	10	视频	文学欣赏
114	意学语文天地（三十一）	10	10	视频	文学欣赏
115	意学语文天地（十）	10	5	视频	文学欣赏
116	意学语文天地（十八）	10	10	视频	文学欣赏
117	意学语文天地（十二）	10	12	视频	文学欣赏



## 文化素养

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
118	意学语文天地 (十九)	10	30	视频	文学欣赏
119	意学语文天地 (十六)	10	15	视频	文学欣赏
120	意学语文天地 (十七)	10	30	视频	文学欣赏
121	意学语文天地 (十三)	10	5	视频	文学欣赏
122	意学语文天地 (十四)	10	5	视频	文学欣赏
123	意学语文天地 (十五)	10	10	视频	文学欣赏
124	意学语文天地 (十一)	10	10	视频	文学欣赏
125	意学语文天地 (四)	10	15	视频	文学欣赏
126	意学语文天地 (四十)	10	15	视频	文学欣赏
127	意学语文天地 (四十八)	8	15	视频	文学欣赏
128	意学语文天地 (四十二)	10	15	视频	文学欣赏
129	意学语文天地 (四十六)	10	15	视频	文学欣赏
130	意学语文天地 (四十七)	10	15	视频	文学欣赏
131	意学语文天地 (四十三)	10	15	视频	文学欣赏
132	意学语文天地 (四十四)	10	15	视频	文学欣赏
133	意学语文天地 (四十五)	10	15	视频	文学欣赏
134	意学语文天地 (四十一)	10	15	视频	文学欣赏
135	意学语文天地 (五)	10	10	视频	文学欣赏
136	意学语文天地 (一)	10	10	视频	文学欣赏
137	在云端写作经历	2	46	视频	文学欣赏
138	战国纵横家的是非成败	4	115	视频	历史
139	赵家路：做人处事中的国学之道	8	232	视频	国学
140	中国玉文化	10	280	视频	收藏鉴赏
141	徐家汇商业历史文化变迁	1	120	网络课程	民俗文化
142	钻石鉴赏	1	120	网络课程	收藏鉴赏
143	松江人物志	1	120	网络课程	民俗文化



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
1	“互联网+”时代的智慧生活	10	70	视频	信息技术
2	《昆仑决》从0到N的背后	1	29	视频	信息技术
3	DIV+CSS 网页布局	8	134	视频	信息技术
4	GMAT 改革官方解析 一	5	42	视频	语言学习
5	O2O 系统落地	3	87	视频	信息技术
6	photoshopCS6 图像处理高级实例	41	410	视频	信息技术
7	阿甘正传电影英文解析 (二) 二	5	32	视频	语言学习
8	阿甘正传电影英文解析 (二) 三	5	32	视频	语言学习
9	阿甘正传电影英文解析 (二) 四	5	32	视频	语言学习
10	阿甘正传电影英文解析 (二) 一	5	43	视频	语言学习
11	阿甘正传电影英文解析 (三) 二	5	25	视频	语言学习
12	阿甘正传电影英文解析 (三) 三	5	24	视频	语言学习
13	阿甘正传电影英文解析 (三) 四	5	37	视频	语言学习
14	阿甘正传电影英文解析 (三) 一	5	22	视频	语言学习
15	阿甘正传电影英文解析 (四) 二	5	40	视频	语言学习
16	阿甘正传电影英文解析 (四) 三	5	16	视频	语言学习
17	阿甘正传电影英文解析 (四) 四	5	20	视频	语言学习
18	阿甘正传电影英文解析 (四) 一	5	32	视频	语言学习
19	阿甘正传电影英文解析 (一) 二	5	25	视频	语言学习
20	阿甘正传电影英文解析 (一) 三	5	45	视频	语言学习
21	阿甘正传电影英文解析 (一) 四	5	35	视频	语言学习
22	阿甘正传电影英文解析 (一) 一	5	20	视频	语言学习
23	阿米巴经营与合伙人制落地实践	7	203	视频	就业创业
24	澳洲上市之路	3	87	视频	就业创业
25	保教知识	7	110	视频	就业创业
26	保罗教你做面包	28	232	视频	中西烹饪
27	保罗教你做面包 二	5	35	视频	中西烹饪
28	保罗教你做面包 六	3	9	视频	中西烹饪
29	保罗教你做面包 三	5	35	视频	中西烹饪
30	保罗教你做面包 四	5	35	视频	中西烹饪
31	保罗教你做面包 五	5	35	视频	中西烹饪
32	保罗教你做面包 一	5	42	视频	中西烹饪
33	保罗教你做派和布丁 二	5	55	视频	中西烹饪
34	保罗教你做派和布丁 六	4	45	视频	中西烹饪
35	保罗教你做派和布丁 三	5	55	视频	中西烹饪
36	保罗教你做派和布丁 四	5	55	视频	中西烹饪
37	保罗教你做派和布丁 五	5	55	视频	中西烹饪
38	保罗教你做派和布丁 一	5	65	视频	中西烹饪
39	标准韩语语音及常用单词(1)	3	51	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
40	标准韩语语音及常用单词(10)	5	82	视频	语言学习
41	标准韩语语音及常用单词(11)	5	85	视频	语言学习
42	标准韩语语音及常用单词(12)	5	90	视频	语言学习
43	标准韩语语音及常用单词(13)	5	85	视频	语言学习
44	标准韩语语音及常用单词(14)	5	82	视频	语言学习
45	标准韩语语音及常用单词(15)	5	82	视频	语言学习
46	标准韩语语音及常用单词(16)	5	85	视频	语言学习
47	标准韩语语音及常用单词(17)	5	82	视频	语言学习
48	标准韩语语音及常用单词(18)	2	33	视频	语言学习
49	标准韩语语音及常用单词(4)	4	64	视频	语言学习
50	标准韩语语音及常用单词(5)	3	63	视频	语言学习
51	标准韩语语音及常用单词(6)	4	57	视频	语言学习
52	标准韩语语音及常用单词(7)	4	55	视频	语言学习
53	标准韩语语音及常用单词(8)	5	85	视频	语言学习
54	标准韩语语音及常用单词(9)	5	85	视频	语言学习
55	标准日语语音及常用单词(1)	4	54	视频	语言学习
56	标准日语语音及常用单词(2)	4	62	视频	语言学习
57	标准日语语音及常用单词(3)	4	68	视频	语言学习
58	标准日语语音及常用单词(4)	4	52	视频	语言学习
59	标准日语语音及常用单词(5)	5	72	视频	语言学习
60	标准日语语音及常用单词(6)	4	60	视频	语言学习
61	标准日语语音及常用单词(7)	4	64	视频	语言学习
62	标准日语语音及常用单词(8)	5	85	视频	语言学习
63	标准日语语音及常用单词(9)	4	68	视频	语言学习
64	餐饮微连锁——让创业实现以小博大	3	87	视频	就业创业
65	场景连接——改变商业的创新力量	4	116	视频	就业创业
66	超级课堂-英语	14	140	视频	语言学习
67	陈金平：从目标到结果	7	203	视频	就业创业
68	初级商务英语翻译(1)	2	41	视频	语言学习
69	初级商务英语翻译(2)	4	56	视频	语言学习
70	初级商务英语翻译(3)	3	84	视频	语言学习
71	初级商务英语翻译(4)	3	81	视频	语言学习
72	初级商务英语翻译(5)	3	78	视频	语言学习
73	初级商务英语翻译(6)	5	125	视频	语言学习
74	初级商务英语翻译(7)	4	90	视频	语言学习
75	初级商务英语翻译(8)	4	80	视频	语言学习
76	初级商务英语翻译(9)	2	37	视频	语言学习
77	初级商务英语口语(1)	5	81	视频	语言学习
78	初级商务英语口语(10)	5	75	视频	语言学习

## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
79	初级商务英语口语(2)	5	87	视频	语言学习
80	初级商务英语口语(3)	5	82	视频	语言学习
81	初级商务英语口语(4)	5	70	视频	语言学习
82	初级商务英语口语(5)	5	65	视频	语言学习
83	初级商务英语口语(6)	5	58	视频	语言学习
84	初级商务英语口语(7)	5	83	视频	语言学习
85	初级商务英语口语(8)	5	77	视频	语言学习
86	初级商务英语口语(9)	5	60	视频	语言学习
87	初级商务英语听力(1)	5	110	视频	语言学习
88	初级商务英语听力(2)	4	74	视频	语言学习
89	初级商务英语听力(3)	4	96	视频	语言学习
90	初级商务英语听力(4)	4	30	视频	语言学习
91	初级商务英语听力(5)	5	30	视频	语言学习
92	初级商务英语听力(6)	4	40	视频	语言学习
93	初级商务英语听力(7)	3	66	视频	语言学习
94	初级商务英语听力(8)	4	100	视频	语言学习
95	初级商务英语写作(1)	5	61	视频	语言学习
96	初级商务英语写作(2)	4	50	视频	语言学习
97	初级商务英语写作(3)	4	57	视频	语言学习
98	初级商务英语写作(4)	4	58	视频	语言学习
99	初级商务英语写作(5)	3	39	视频	语言学习
100	初级商务英语写作(6)	5	67	视频	语言学习
101	初级商务英语写作(7)	5	70	视频	语言学习
102	初级商务英语写作(8)	4	52	视频	语言学习
103	褚洪波:《道以治企》	9	261	视频	就业创业
104	传统企业电商之路的速度与激情	4	116	视频	就业创业
105	创业孵化器的运营创新和经验得失	3	87	视频	就业创业
106	创业企业的目标设定和考核激励 二	1	29	视频	就业创业
107	创业企业的目标设定和考核激励 一	5	115	视频	就业创业
108	创业新法则——精益创业	3	87	视频	就业创业
109	创业与大数据	4	116	视频	就业创业
110	打动 2 亿用户的创业初心	2	58	视频	就业创业
111	打造移动互联网创业者梦想	1	28	视频	就业创业
112	大话世界杯之球队外号及太太团 二	3	16	视频	语言学习
113	大话世界杯之球队外号及太太团 一	5	18	视频	语言学习
114	大数据重塑未来	3	87	视频	就业创业
115	大学英语六级拓展词汇精讲(二) 二	5	38	视频	语言学习
116	大学英语六级拓展词汇精讲(二) 三	5	45	视频	语言学习
117	大学英语六级拓展词汇精讲(二) 四	5	38	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
118	大学英语六级拓展词汇精讲(二)一	5	36	视频	语言学习
119	大学英语六级拓展词汇精讲(三)二	2	8	视频	语言学习
120	大学英语六级拓展词汇精讲(三)一	5	32	视频	语言学习
121	大学英语六级拓展词汇精讲(一)二	5	30	视频	语言学习
122	大学英语六级拓展词汇精讲(一)三	5	30	视频	语言学习
123	大学英语六级拓展词汇精讲(一)四	5	30	视频	语言学习
124	大学英语六级拓展词汇精讲(一)一	5	20	视频	语言学习
125	大学英语四级拓展词汇精讲(二)二	5	40	视频	语言学习
126	大学英语四级拓展词汇精讲(二)三	5	18	视频	语言学习
127	大学英语四级拓展词汇精讲(二)四	5	22	视频	语言学习
128	大学英语四级拓展词汇精讲(二)一	5	20	视频	语言学习
129	大学英语四级拓展词汇精讲(三)	4	36	视频	语言学习
130	大学英语四级拓展词汇精讲(一)二	5	32	视频	语言学习
131	大学英语四级拓展词汇精讲(一)三	5	20	视频	语言学习
132	大学英语四级拓展词汇精讲(一)四	5	27	视频	语言学习
133	大学英语四级拓展词汇精讲(一)一	5	35	视频	语言学习
134	法语专四冲刺 2011 真题讲解 二	2	11	视频	语言学习
135	法语专四冲刺 2011 真题讲解 一	5	58	视频	语言学习
136	法语专四语法真题讲解 二	1	5	视频	语言学习
137	法语专四语法真题讲解 一	3	36	视频	语言学习
138	房屋改头换面	6	258	视频	维修养护
139	佛经智慧	6	150	视频	思维训练
140	高级商务英语口语(10)	6	88	视频	语言学习
141	高级商务英语口语(11)	3	48	视频	语言学习
142	高级商务英语口语(12)	3	48	视频	语言学习
143	高级商务英语口语(13)	6	105	视频	语言学习
144	高级商务英语口语(2)	5	72	视频	语言学习
145	高级商务英语口语(3)	6	87	视频	语言学习
146	高级商务英语口语(4)	1	16	视频	语言学习
147	高级商务英语口语(5)	5	77	视频	语言学习
148	高级商务英语口语(6)	6	87	视频	语言学习
149	高级商务英语口语(7)	6	93	视频	语言学习
150	高级商务英语口语(8)	6	78	视频	语言学习
151	高级商务英语口语(9)	6	82	视频	语言学习
152	高级商务英语写作(1)	5	98	视频	语言学习
153	高级商务英语写作(10)	5	92	视频	语言学习
154	高级商务英语写作(11)	5	80	视频	语言学习
155	高级商务英语写作(12)	4	54	视频	语言学习
156	高级商务英语写作(13)	3	36	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
157	高级商务英语写作(14)	3	54	视频	语言学习
158	高级商务英语写作(15)	3	46	视频	语言学习
159	高级商务英语写作(16)	3	40	视频	语言学习
160	高级商务英语写作(17)	5	68	视频	语言学习
161	高级商务英语写作(2)	4	53	视频	语言学习
162	高级商务英语写作(3)	5	70	视频	语言学习
163	高级商务英语写作(4)	5	80	视频	语言学习
164	高级商务英语写作(5)	5	71	视频	语言学习
165	高级商务英语写作(6)	4	43	视频	语言学习
166	高级商务英语写作(7)	3	37	视频	语言学习
167	高级商务英语写作(8)	4	56	视频	语言学习
168	高级商务英语写作(9)	5	65	视频	语言学习
169	高效记忆	31	558	视频	思维训练
170	高效执行力	12	264	视频	就业创业
171	高中教育微课堂(二)二	5	16	视频	语言学习
172	高中教育微课堂(二)三	5	12	视频	语言学习
173	高中教育微课堂(二)四	1	4	视频	语言学习
174	高中教育微课堂(二)一	5	16	视频	语言学习
175	高中教育微课堂(一)二	5	20	视频	语言学习
176	高中教育微课堂(一)三	5	26	视频	语言学习
177	高中教育微课堂(一)四	5	10	视频	语言学习
178	高中教育微课堂(一)一	5	11	视频	语言学习
179	谷振德:当好领导这几招领导必修课	10	290	视频	就业创业
180	怪诞行为学之消费行为分析	4	100	视频	投资理财
181	郭伟:税眼看事	12	348	视频	投资理财
182	海外生存微课堂系列二	1	3	视频	语言学习
183	海外生存微课堂系列一	5	17	视频	语言学习
184	汉语基础二	5	50	视频	语言学习
185	汉语基础一	5	35	视频	语言学习
186	汉语学习	1	14	视频	语言学习
187	行有余力,人人皆可参与	1	20	视频	就业创业
188	互动标日初级上册(1)	3	88	视频	语言学习
189	互动标日初级上册(10)	3	102	视频	语言学习
190	互动标日初级上册(11)	4	80	视频	语言学习
191	互动标日初级上册(12)	3	75	视频	语言学习
192	互动标日初级上册(13)	5	85	视频	语言学习
193	互动标日初级上册(14)	4	88	视频	语言学习
194	互动标日初级上册(15)	5	120	视频	语言学习
195	互动标日初级上册(16)	3	75	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
196	互动标日初级上册(17)	4	102	视频	语言学习
197	互动标日初级上册(18)	4	70	视频	语言学习
198	互动标日初级上册(19)	3	89	视频	语言学习
199	互动标日初级上册(2)	6	168	视频	语言学习
200	互动标日初级上册(20)	4	112	视频	语言学习
201	互动标日初级上册(21)	5	135	视频	语言学习
202	互动标日初级上册(22)	4	68	视频	语言学习
203	互动标日初级上册(23)	4	68	视频	语言学习
204	互动标日初级上册(24)	4	76	视频	语言学习
205	互动标日初级上册(25)	5	70	视频	语言学习
206	互动标日初级上册(3)	3	58	视频	语言学习
207	互动标日初级上册(4)	4	124	视频	语言学习
208	互动标日初级上册(5)	4	132	视频	语言学习
209	互动标日初级上册(6)	4	148	视频	语言学习
210	互动标日初级上册(7)	5	110	视频	语言学习
211	互动标日初级上册(8)	4	90	视频	语言学习
212	互动标日初级上册(9)	4	100	视频	语言学习
213	互动标日初级下册(1)	3	88	视频	语言学习
214	互动标日初级下册(10)	3	20	视频	语言学习
215	互动标日初级下册(11)	5	190	视频	语言学习
216	互动标日初级下册(12)	6	118	视频	语言学习
217	互动标日初级下册(13)	4	71	视频	语言学习
218	互动标日初级下册(14)	3	46	视频	语言学习
219	互动标日初级下册(15)	6	204	视频	语言学习
220	互动标日初级下册(16)	6	190	视频	语言学习
221	互动标日初级下册(17)	6	200	视频	语言学习
222	互动标日初级下册(18)	4	96	视频	语言学习
223	互动标日初级下册(19)	3	32	视频	语言学习
224	互动标日初级下册(2)	4	88	视频	语言学习
225	互动标日初级下册(20)	6	130	视频	语言学习
226	互动标日初级下册(21)	4	90	视频	语言学习
227	互动标日初级下册(22)	4	35	视频	语言学习
228	互动标日初级下册(23)	4	87	视频	语言学习
229	互动标日初级下册(24)	4	31	视频	语言学习
230	互动标日初级下册(25)	4	101	视频	语言学习
231	互动标日初级下册(26)	3	14	视频	语言学习
232	互动标日初级下册(27)	5	100	视频	语言学习
233	互动标日初级下册(28)	5	100	视频	语言学习
234	互动标日初级下册(29)	6	114	视频	语言学习

## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
235	互动标日初级下册(3)	4	40	视频	语言学习
236	互动标日初级下册(30)	5	100	视频	语言学习
237	互动标日初级下册(31)	6	90	视频	语言学习
238	互动标日初级下册(32)	6	85	视频	语言学习
239	互动标日初级下册(33)	4	60	视频	语言学习
240	互动标日初级下册(34)	3	17	视频	语言学习
241	互动标日初级下册(35)	4	63	视频	语言学习
242	互动标日初级下册(36)	3	51	视频	语言学习
243	互动标日初级下册(4)	4	90	视频	语言学习
244	互动标日初级下册(5)	3	34	视频	语言学习
245	互动标日初级下册(6)	6	180	视频	语言学习
246	互动标日初级下册(7)	4	93	视频	语言学习
247	互动标日初级下册(8)	3	27	视频	语言学习
248	互动标日初级下册(9)	4	85	视频	语言学习
249	互动标日中级上册(1)	5	95	视频	语言学习
250	互动标日中级上册(10)	5	60	视频	语言学习
251	互动标日中级上册(11)	5	68	视频	语言学习
252	互动标日中级上册(12)	5	65	视频	语言学习
253	互动标日中级上册(13)	5	75	视频	语言学习
254	互动标日中级上册(14)	5	72	视频	语言学习
255	互动标日中级上册(15)	4	100	视频	语言学习
256	互动标日中级上册(16)	4	72	视频	语言学习
257	互动标日中级上册(17)	4	96	视频	语言学习
258	互动标日中级上册(18)	3	75	视频	语言学习
259	互动标日中级上册(19)	4	55	视频	语言学习
260	互动标日中级上册(2)	5	70	视频	语言学习
261	互动标日中级上册(20)	4	56	视频	语言学习
262	互动标日中级上册(21)	5	60	视频	语言学习
263	互动标日中级上册(22)	5	70	视频	语言学习
264	互动标日中级上册(23)	4	68	视频	语言学习
265	互动标日中级上册(24)	3	57	视频	语言学习
266	互动标日中级上册(25)	4	66	视频	语言学习
267	互动标日中级上册(26)	3	50	视频	语言学习
268	互动标日中级上册(27)	5	59	视频	语言学习
269	互动标日中级上册(28)	4	46	视频	语言学习
270	互动标日中级上册(29)	5	57	视频	语言学习
271	互动标日中级上册(3)	4	50	视频	语言学习
272	互动标日中级上册(30)	4	40	视频	语言学习
273	互动标日中级上册(31)	4	68	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
274	互动标日中级上册(32)	4	20	视频	语言学习
275	互动标日中级上册(4)	4	60	视频	语言学习
276	互动标日中级上册(5)	4	72	视频	语言学习
277	互动标日中级上册(6)	3	40	视频	语言学习
278	互动标日中级上册(7)	4	100	视频	语言学习
279	互动标日中级上册(8)	4	128	视频	语言学习
280	互动标日中级上册(9)	5	92	视频	语言学习
281	互动标日中级下册(1)	6	180	视频	语言学习
282	互动标日中级下册(10)	4	40	视频	语言学习
283	互动标日中级下册(11)	4	44	视频	语言学习
284	互动标日中级下册(12)	5	40	视频	语言学习
285	互动标日中级下册(13)	5	53	视频	语言学习
286	互动标日中级下册(14)	4	26	视频	语言学习
287	互动标日中级下册(15)	4	56	视频	语言学习
288	互动标日中级下册(16)	5	105	视频	语言学习
289	互动标日中级下册(17)	4	50	视频	语言学习
290	互动标日中级下册(18)	4	53	视频	语言学习
291	互动标日中级下册(19)	3	46	视频	语言学习
292	互动标日中级下册(2)	4	84	视频	语言学习
293	互动标日中级下册(20)	6	66	视频	语言学习
294	互动标日中级下册(21)	4	72	视频	语言学习
295	互动标日中级下册(22)	3	50	视频	语言学习
296	互动标日中级下册(23)	5	54	视频	语言学习
297	互动标日中级下册(24)	4	46	视频	语言学习
298	互动标日中级下册(25)	4	59	视频	语言学习
299	互动标日中级下册(26)	4	45	视频	语言学习
300	互动标日中级下册(27)	5	68	视频	语言学习
301	互动标日中级下册(28)	4	38	视频	语言学习
302	互动标日中级下册(29)	4	28	视频	语言学习
303	互动标日中级下册(3)	3	42	视频	语言学习
304	互动标日中级下册(30)	4	39	视频	语言学习
305	互动标日中级下册(4)	4	90	视频	语言学习
306	互动标日中级下册(5)	4	40	视频	语言学习
307	互动标日中级下册(6)	5	40	视频	语言学习
308	互动标日中级下册(7)	5	50	视频	语言学习
309	互动标日中级下册(8)	5	40	视频	语言学习
310	互动标日中级下册(9)	4	56	视频	语言学习
311	互动标准韩国语精讲班-初级(10)	3	35	视频	语言学习
312	互动标准韩国语精讲班-初级(11)	6	72	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
313	互动标准韩国语精讲班-初级(12)	4	80	视频	语言学习
314	互动标准韩国语精讲班-初级(13)	3	36	视频	语言学习
315	互动标准韩国语精讲班-初级(14)	5	69	视频	语言学习
316	互动标准韩国语精讲班-初级(15)	4	64	视频	语言学习
317	互动标准韩国语精讲班-初级(16)	4	60	视频	语言学习
318	互动标准韩国语精讲班-初级(17)	4	63	视频	语言学习
319	互动标准韩国语精讲班-初级(18)	4	51	视频	语言学习
320	互动标准韩国语精讲班-初级(19)	3	56	视频	语言学习
321	互动标准韩国语精讲班-初级(20)	5	100	视频	语言学习
322	互动标准韩国语精讲班-初级(21)	4	58	视频	语言学习
323	互动标准韩国语精讲班-初级(22)	4	58	视频	语言学习
324	互动标准韩国语精讲班-初级(23)	4	80	视频	语言学习
325	互动标准韩国语精讲班-初级(24)	6	120	视频	语言学习
326	互动标准韩国语精讲班-初级(25)	4	72	视频	语言学习
327	互动标准韩国语精讲班-初级(26)	4	42	视频	语言学习
328	互动标准韩国语精讲班-初级(27)	4	60	视频	语言学习
329	互动标准韩国语精讲班-初级(28)	3	28	视频	语言学习
330	互动标准韩国语精讲班-初级(29)	4	54	视频	语言学习
331	互动标准韩国语精讲班-初级(30)	3	32	视频	语言学习
332	互动标准韩国语精讲班-初级(31)	5	95	视频	语言学习
333	互动标准韩国语精讲班-初级(32)	6	85	视频	语言学习
334	互动标准韩国语精讲班-初级(33)	4	72	视频	语言学习
335	互动标准韩国语精讲班-初级(34)	3	16	视频	语言学习
336	互动标准韩国语精讲班-初级(6)	1	18	视频	语言学习
337	互动标准韩国语精讲班-初级(7)	4	52	视频	语言学习
338	互动标准韩国语精讲班-初级(8)	3	51	视频	语言学习
339	互动标准韩国语精讲班-初级(9)	4	88	视频	语言学习
340	互动标准韩国语精讲班-中级上册(1)	4	46	视频	语言学习
341	互动标准韩国语精讲班-中级上册	5	80	视频	语言学习
342	互动标准韩国语精讲班-中级上册(2)	4	42	视频	语言学习
343	互动标准韩国语精讲班-中级上册(3)	3	54	视频	语言学习
344	互动标准韩国语精讲班-中级上册(4)	4	56	视频	语言学习
345	互动标准韩国语精讲班-中级上册(5)	6	96	视频	语言学习
346	互动标准韩国语精讲班-中级上册(6)	5	75	视频	语言学习
347	互动标准韩国语精讲班-中级上册(7)	6	48	视频	语言学习
348	互动标准韩国语精讲班-中级上册(8)	6	84	视频	语言学习
349	互动标准韩国语精讲班-中级上册(9)	6	90	视频	语言学习
350	互动标准韩国语精讲班-中级下册(1)	4	108	视频	语言学习
351	互动标准韩国语精讲班-中级下册(2)	5	50	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
352	互动标准韩国语精讲班-中级下册(3)	5	160	视频	语言学习
353	互动标准韩国语精讲班-中级下册(4)	6	144	视频	语言学习
354	互动标准韩国语精讲班-中级下册(5)	6	84	视频	语言学习
355	互动标准韩国语精讲班-中级下册(6)	5	100	视频	语言学习
356	互动标准韩国语精讲班-中级下册(7)	6	108	视频	语言学习
357	互动标准韩国语精讲班-中级下册(8)	4	80	视频	语言学习
358	互联网的“股权众筹”	2	58	视频	投资理财
359	互联网时代的管理哲学-混序管理	6	154	视频	信息技术
360	互联网时代的人才发展	4	116	视频	信息技术
361	互联网怎么+	4	116	视频	信息技术
362	互联网重塑企业领导力	3	87	视频	信息技术
363	会声会影 X6 全面精通与精华实例	19	475	视频	信息技术
364	活用口语词汇	4	9	视频	语言学习
365	活用口语词汇 (二) 二	5	15	视频	语言学习
366	活用口语词汇 (二) 三	4	12	视频	语言学习
367	活用口语词汇 (二) 四	4	8	视频	语言学习
368	活用口语词汇 (二) 一	5	13	视频	语言学习
369	活用口语词汇 (三) 二	5	15	视频	语言学习
370	活用口语词汇 (三) 三	2	11	视频	语言学习
371	活用口语词汇 (三) 一	5	27	视频	语言学习
372	活用口语词汇 (一) 二	5	20	视频	语言学习
373	活用口语词汇 (一) 三	2	5	视频	语言学习
374	活用口语词汇 (一) 四	4	8	视频	语言学习
375	活用口语词汇 (一) 一	4	12	视频	语言学习
376	技巧记忆	32	800	视频	思维训练
377	家庭小菜园	10	49	视频	农作物栽培
378	家庭养花	3	90	视频	农作物栽培
379	家政 O2O 是利器还是浮云	3	87	视频	信息技术
380	剑桥商务备考高频词汇(1)	5	100	视频	语言学习
381	剑桥商务备考高频词汇(2)	5	45	视频	语言学习
382	剑桥商务备考高频词汇(3)	5	45	视频	语言学习
383	剑桥商务备考高频词汇(4)	4	36	视频	语言学习
384	剑桥商务初级口语(1)	4	60	视频	语言学习
385	剑桥商务初级口语(10)	4	56	视频	语言学习
386	剑桥商务初级口语(11)	4	64	视频	语言学习
387	剑桥商务初级口语(2)	4	56	视频	语言学习
388	剑桥商务初级口语(3)	4	68	视频	语言学习
389	剑桥商务初级口语(4)	4	60	视频	语言学习
390	剑桥商务初级口语(5)	4	60	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
391	剑桥商务初级口语(6)	4	60	视频	语言学习
392	剑桥商务初级口语(7)	4	64	视频	语言学习
393	剑桥商务初级口语(8)	4	64	视频	语言学习
394	剑桥商务初级口语(9)	4	42	视频	语言学习
395	剑桥商务初级听力(1)	4	60	视频	语言学习
396	剑桥商务初级听力(10)	5	75	视频	语言学习
397	剑桥商务初级听力(2)	4	60	视频	语言学习
398	剑桥商务初级听力(3)	4	60	视频	语言学习
399	剑桥商务初级听力(4)	4	48	视频	语言学习
400	剑桥商务初级听力(5)	4	60	视频	语言学习
401	剑桥商务初级听力(6)	4	72	视频	语言学习
402	剑桥商务初级听力(7)	3	45	视频	语言学习
403	剑桥商务初级听力(8)	3	51	视频	语言学习
404	剑桥商务初级听力(9)	5	75	视频	语言学习
405	剑桥商务初级写作(1)	5	75	视频	语言学习
406	剑桥商务初级写作(2)	5	75	视频	语言学习
407	剑桥商务初级写作(3)	4	60	视频	语言学习
408	剑桥商务初级写作(4)	3	48	视频	语言学习
409	剑桥商务初级写作(5)	5	70	视频	语言学习
410	剑桥商务初级写作(6)	4	56	视频	语言学习
411	剑桥商务初级阅读(1)	4	68	视频	语言学习
412	剑桥商务初级阅读(10)	5	70	视频	语言学习
413	剑桥商务初级阅读(2)	4	64	视频	语言学习
414	剑桥商务初级阅读(3)	3	42	视频	语言学习
415	剑桥商务初级阅读(4)	3	45	视频	语言学习
416	剑桥商务初级阅读(5)	5	75	视频	语言学习
417	剑桥商务初级阅读(6)	5	75	视频	语言学习
418	剑桥商务初级阅读(7)	4	64	视频	语言学习
419	剑桥商务初级阅读(8)	4	60	视频	语言学习
420	剑桥商务初级阅读(9)	3	42	视频	语言学习
421	剑桥商务中高级口语(1)	4	28	视频	语言学习
422	剑桥商务中高级口语(2)	3	14	视频	语言学习
423	剑桥商务中高级口语(3)	4	40	视频	语言学习
424	剑桥商务中高级口语(4)	3	51	视频	语言学习
425	剑桥商务中高级口语(5)	3	22	视频	语言学习
426	剑桥商务中高级口语(6)	3	31	视频	语言学习
427	剑桥商务中高级口语(7)	5	75	视频	语言学习
428	剑桥商务中高级口语(8)	5	55	视频	语言学习
429	剑桥商务中高级听力(1)	4	50	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
430	剑桥商务中高级听力(2)	3	50	视频	语言学习
431	剑桥商务中高级听力(3)	3	53	视频	语言学习
432	剑桥商务中高级听力(4)	4	54	视频	语言学习
433	剑桥商务中高级听力(5)	3	58	视频	语言学习
434	剑桥商务中高级听力(6)	4	62	视频	语言学习
435	剑桥商务中高级写作(1)	4	72	视频	语言学习
436	剑桥商务中高级写作(2)	5	80	视频	语言学习
437	剑桥商务中高级写作(3)	2	38	视频	语言学习
438	剑桥商务中高级阅读(1)	5	125	视频	语言学习
439	剑桥商务中高级阅读(2)	4	66	视频	语言学习
440	剑桥商务中高级阅读(3)	4	44	视频	语言学习
441	剑桥商务中级口语(1)	4	68	视频	语言学习
442	剑桥商务中级口语(10)	4	42	视频	语言学习
443	剑桥商务中级口语(11)	4	56	视频	语言学习
444	剑桥商务中级口语(2)	4	64	视频	语言学习
445	剑桥商务中级口语(3)	4	64	视频	语言学习
446	剑桥商务中级口语(4)	4	62	视频	语言学习
447	剑桥商务中级口语(5)	4	64	视频	语言学习
448	剑桥商务中级口语(6)	4	60	视频	语言学习
449	剑桥商务中级口语(7)	4	62	视频	语言学习
450	剑桥商务中级口语(8)	4	60	视频	语言学习
451	剑桥商务中级口语(9)	4	64	视频	语言学习
452	剑桥商务中级听力(1)	3	42	视频	语言学习
453	剑桥商务中级听力(2)	4	60	视频	语言学习
454	剑桥商务中级听力(3)	3	48	视频	语言学习
455	剑桥商务中级听力(4)	5	75	视频	语言学习
456	剑桥商务中级听力(5)	5	65	视频	语言学习
457	剑桥商务中级听力(6)	4	60	视频	语言学习
458	剑桥商务中级听力(7)	4	60	视频	语言学习
459	剑桥商务中级听力(8)	4	68	视频	语言学习
460	剑桥商务中级听力(9)	4	55	视频	语言学习
461	剑桥商务中级写作(1)	5	85	视频	语言学习
462	剑桥商务中级写作(2)	3	49	视频	语言学习
463	剑桥商务中级写作(3)	4	66	视频	语言学习
464	剑桥商务中级写作(4)	4	68	视频	语言学习
465	剑桥商务中级写作(5)	4	68	视频	语言学习
466	剑桥商务中级写作(6)	4	62	视频	语言学习
467	剑桥商务中级阅读(1)	4	60	视频	语言学习
468	剑桥商务中级阅读(2)	5	77	视频	语言学习





## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
469	剑桥商务中级阅读(3)	3	46	视频	语言学习
470	剑桥商务中级阅读(4)	5	65	视频	语言学习
471	剑桥商务中级阅读(5)	3	51	视频	语言学习
472	剑桥商务中级阅读(6)	4	64	视频	语言学习
473	剑桥商务中级阅读(7)	5	75	视频	语言学习
474	剑桥商务中级阅读(8)	5	75	视频	语言学习
475	剑桥商务中级阅读(9)	5	75	视频	语言学习
476	健康管理服务的互联网思维	3	87	视频	信息技术
477	教师的培训与管理	4	81	视频	就业创业
478	金钱的故事 一	5	112	视频	投资理财
479	荆涛: 金点子-创新营销	10	290	视频	投资理财
480	荆涛: 总裁营销学	12	348	视频	投资理财
481	酒店如何通过服务让利润倍增	12	348	视频	就业创业
482	菊花系列	1	15	视频	农作物栽培
483	看奥斯卡最佳影片学英语 (二) 二	5	30	视频	语言学习
484	看奥斯卡最佳影片学英语 (二) 三	5	36	视频	语言学习
485	看奥斯卡最佳影片学英语 (二) 四	5	17	视频	语言学习
486	看奥斯卡最佳影片学英语 (二) 一	5	40	视频	语言学习
487	看奥斯卡最佳影片学英语 (三) 二	5	35	视频	语言学习
488	看奥斯卡最佳影片学英语 (三) 三	5	25	视频	语言学习
489	看奥斯卡最佳影片学英语 (三) 四	5	30	视频	语言学习
490	看奥斯卡最佳影片学英语 (三) 一	5	40	视频	语言学习
491	看奥斯卡最佳影片学英语 (四) 二	5	30	视频	语言学习
492	看奥斯卡最佳影片学英语 (四) 三	5	37	视频	语言学习
493	看奥斯卡最佳影片学英语 (四) 四	5	27	视频	语言学习
494	看奥斯卡最佳影片学英语 (四) 一	5	45	视频	语言学习
495	看奥斯卡最佳影片学英语 (五) 一	5	35	视频	语言学习
496	看奥斯卡最佳影片学英语 (一) 二	5	40	视频	语言学习
497	看奥斯卡最佳影片学英语 (一) 三	5	33	视频	语言学习
498	看奥斯卡最佳影片学英语 (一) 四	5	38	视频	语言学习
499	看奥斯卡最佳影片学英语 (一) 一	5	50	视频	语言学习
500	看电视剧学地道表达 二	5	28	视频	语言学习
501	看电视剧学地道表达 一	5	50	视频	语言学习
502	看电影学地道表达 二	5	20	视频	语言学习
503	看电影学地道表达 三	5	17	视频	语言学习
504	看电影学地道表达 四	2	10	视频	语言学习
505	看电影学地道表达 一	5	22	视频	语言学习
506	《哈利波特7》(上) 口语解析 二	1	2	视频	语言学习
507	《哈利波特7》(上) 口语解析 一	5	18	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
508	《哈利波特7》(下) 口语解析 二	1	7	视频	语言学习
509	《哈利波特7》(下) 口语解析 一	5	30	视频	语言学习
510	看电影学口语——澳洲乱世情	4	18	视频	语言学习
511	看电影学口语——冰河世纪 1	4	16	视频	语言学习
512	看电影学口语——冰河世纪 2	4	20	视频	语言学习
513	看电影学口语——盗梦空间	5	30	视频	语言学习
514	看电影学口语——功夫熊猫 1	4	15	视频	语言学习
515	看电影学口语——功夫熊猫 2	5	20	视频	语言学习
516	看电影学口语——惠特尼休斯顿的电影主题曲	4	28	视频	语言学习
517	看电影学口语——加菲猫	4	16	视频	语言学习
518	考前必会 120 题	17	824	视频	就业创业
519	科学导图	40	800	视频	思维训练
520	酷艾英语微课堂系列 (二) 二	5	37	视频	语言学习
521	酷艾英语微课堂系列 (二) 三	5	55	视频	语言学习
522	酷艾英语微课堂系列 (二) 四	5	55	视频	语言学习
523	酷艾英语微课堂系列 (二) 一	5	50	视频	语言学习
524	酷艾英语微课堂系列 (一) 二	5	27	视频	语言学习
525	酷艾英语微课堂系列 (一) 三	5	38	视频	语言学习
526	酷艾英语微课堂系列 (一) 四	5	40	视频	语言学习
527	酷艾英语微课堂系列 (一) 一	5	57	视频	语言学习
528	兰花系列——空谷幽兰	5	75	视频	农作物栽培
529	乐活一期 (二十)	8	55	视频	中西烹饪
530	乐活一期 (十八)	4	18	视频	中西烹饪
531	乐活一期 (十二)	5	31	视频	中西烹饪
532	乐活一期 (十九)	4	28	视频	中西烹饪
533	乐活一期 (十三)	4	24	视频	中西烹饪
534	乐活一期 (十一)	5	32	视频	中西烹饪
535	乐学口语之听力口语微课堂 (二) 二	5	13	视频	语言学习
536	乐学口语之听力口语微课堂 (二) 三	5	12	视频	语言学习
537	乐学口语之听力口语微课堂 (二) 四	5	15	视频	语言学习
538	乐学口语之听力口语微课堂 (二) 一	5	15	视频	语言学习
539	乐学口语之听力口语微课堂 (三) 二	5	22	视频	语言学习
540	乐学口语之听力口语微课堂 (三) 三	5	15	视频	语言学习
541	乐学口语之听力口语微课堂 (三) 四	5	30	视频	语言学习
542	乐学口语之听力口语微课堂 (三) 一	5	12	视频	语言学习
543	乐学口语之听力口语微课堂 (四) 二	5	20	视频	语言学习
544	乐学口语之听力口语微课堂 (四) 三	5	20	视频	语言学习
545	乐学口语之听力口语微课堂 (四) 四	3	12	视频	语言学习

## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
546	乐学口语之听力口语微课堂(四)一	5	22	视频	语言学习
547	乐学口语之听力口语微课堂(五)二	5	17	视频	语言学习
548	乐学口语之听力口语微课堂(五)三	1	4	视频	语言学习
549	乐学口语之听力口语微课堂(五)一	5	11	视频	语言学习
550	乐学口语之听力口语微课堂(一)二	5	10	视频	语言学习
551	乐学口语之听力口语微课堂(一)三	5	13	视频	语言学习
552	乐学口语之听力口语微课堂(一)四	2	7	视频	语言学习
553	乐学口语之听力口语微课堂(一)一	5	17	视频	语言学习
554	李江涛:企业成长商战大智慧	12	348	视频	就业创业
555	零基础学英语—基础对话篇(二)二	5	27	视频	语言学习
556	零基础学英语—基础对话篇(二)三	5	22	视频	就业创业
557	零基础学英语—基础对话篇(二)四	5	36	视频	语言学习
558	零基础学英语—基础对话篇(二)一	5	40	视频	语言学习
559	零基础学英语—基础对话篇(三)二	5	42	视频	语言学习
560	零基础学英语—基础对话篇(三)三	5	37	视频	语言学习
561	零基础学英语—基础对话篇(三)四	5	50	视频	语言学习
562	零基础学英语—基础对话篇(三)一	5	47	视频	语言学习
563	零基础学英语—基础对话篇(四)二	5	42	视频	语言学习
564	零基础学英语—基础对话篇(四)三	6	45	视频	语言学习
565	零基础学英语—基础对话篇(四)四	1	11	视频	语言学习
566	零基础学英语—基础对话篇(四)一	5	28	视频	语言学习
567	零基础学英语—基础对话篇(一)二	5	15	视频	语言学习
568	零基础学英语—基础对话篇(一)三	5	35	视频	语言学习
569	零基础学英语—基础对话篇(一)四	5	28	视频	语言学习
570	零基础学英语—基础对话篇(一)一	5	35	视频	语言学习
571	家庭日常对话篇(二)二	5	50	视频	语言学习
572	家庭日常对话篇(二)三	5	30	视频	语言学习
573	家庭日常对话篇(二)四	5	26	视频	语言学习
574	家庭日常对话篇(二)一	5	25	视频	语言学习
575	家庭日常对话篇(三)二	5	32	视频	语言学习
576	家庭日常对话篇(三)三	5	25	视频	语言学习
577	家庭日常对话篇(三)四	5	30	视频	语言学习
578	家庭日常对话篇(三)一	5	30	视频	语言学习
579	家庭日常对话篇(四)二	5	35	视频	语言学习
580	家庭日常对话篇(四)三	5	47	视频	语言学习
581	家庭日常对话篇(四)四	5	33	视频	语言学习
582	家庭日常对话篇(四)一	5	50	视频	语言学习
583	家庭日常对话篇(五)二	5	26	视频	语言学习
584	家庭日常对话篇(五)三	5	33	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
585	家庭日常对话篇(五) 一	5	27	视频	语言学习
586	家庭日常对话篇(一) 二	5	48	视频	语言学习
587	家庭日常对话篇(一) 三	5	36	视频	语言学习
588	家庭日常对话篇(一) 四	5	31	视频	语言学习
589	家庭日常对话篇(一) 一	5	37	视频	语言学习
590	零基础学英语—健康保健篇(二) 二	5	43	视频	语言学习
591	零基础学英语—健康保健篇(二) 三	5	38	视频	语言学习
592	零基础学英语—健康保健篇(二) 四	5	45	视频	语言学习
593	零基础学英语—健康保健篇(二) 一	5	30	视频	语言学习
594	零基础学英语—健康保健篇(三) 二	3	19	视频	语言学习
595	零基础学英语—健康保健篇(三) 一	5	22	视频	语言学习
596	零基础学英语—健康保健篇(一) 二	5	20	视频	语言学习
597	零基础学英语—健康保健篇(一) 三	5	21	视频	语言学习
598	零基础学英语—健康保健篇(一) 四	5	36	视频	语言学习
599	零基础学英语—健康保健篇(一) 一	5	22	视频	语言学习
600	零基础学英语—人文地理篇(二) 二	5	41	视频	语言学习
601	零基础学英语—人文地理篇(二) 三	5	35	视频	语言学习
602	零基础学英语—人文地理篇(二) 四	3	10	视频	语言学习
603	零基础学英语—人文地理篇(二) 一	5	25	视频	语言学习
604	零基础学英语—人文地理篇(一) 二	5	20	视频	语言学习
605	零基础学英语—人文地理篇(一) 三	5	32	视频	语言学习
606	零基础学英语—人文地理篇(一) 四	5	15	视频	语言学习
607	零基础学英语—人文地理篇(一) 一	5	45	视频	语言学习
608	零基础学英语—时尚生活篇(二) 二	5	40	视频	语言学习
609	零基础学英语—时尚生活篇(二) 三	5	54	视频	语言学习
610	零基础学英语—时尚生活篇(二) 四	5	33	视频	语言学习
611	零基础学英语—时尚生活篇(二) 一	5	35	视频	语言学习
612	零基础学英语—时尚生活篇(三) 二	5	40	视频	语言学习
613	零基础学英语—时尚生活篇(三) 三	5	32	视频	语言学习
614	零基础学英语—时尚生活篇(三) 四	5	45	视频	语言学习
615	零基础学英语—时尚生活篇(三) 一	5	50	视频	语言学习
616	零基础学英语—时尚生活篇(四) 二	5	26	视频	语言学习
617	零基础学英语—时尚生活篇(四) 三	5	46	视频	语言学习
618	零基础学英语—时尚生活篇(四) 四	5	25	视频	语言学习
619	零基础学英语—时尚生活篇(四) 一	5	30	视频	语言学习
620	零基础学英语—时尚生活篇(五) 二	4	12	视频	语言学习
621	零基础学英语—时尚生活篇(五) 三	5	42	视频	语言学习
622	零基础学英语—时尚生活篇(五) 四	5	22	视频	语言学习
623	零基础学英语—时尚生活篇(五) 一	5	37	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
624	零基础学英语—时尚生活篇(一) 二	5	26	视频	语言学习
625	零基础学英语—时尚生活篇(一) 三	5	37	视频	语言学习
626	零基础学英语—时尚生活篇(一) 四	5	30	视频	语言学习
627	零基础学英语—时尚生活篇(一) 一	5	40	视频	语言学习
628	外出旅游出行篇(二) 二	5	26	视频	语言学习
629	外出旅游出行篇(二) 三	5	21	视频	语言学习
630	外出旅游出行篇(二) 四	5	18	视频	语言学习
631	外出旅游出行篇(二) 一	5	30	视频	语言学习
632	外出旅游出行篇(三) 二	5	25	视频	语言学习
633	外出旅游出行篇(三) 三	5	32	视频	语言学习
634	外出旅游出行篇(三) 四	5	20	视频	语言学习
635	外出旅游出行篇(三) 一	5	25	视频	语言学习
636	外出旅游出行篇(四) 二	5	15	视频	语言学习
637	外出旅游出行篇(四) 三	5	22	视频	语言学习
638	外出旅游出行篇(四) 四	5	30	视频	语言学习
639	外出旅游出行篇(四) 一	5	28	视频	语言学习
640	外出旅游出行篇(五)	2	17	视频	语言学习
641	外出旅游出行篇(一) 二	5	40	视频	语言学习
642	外出旅游出行篇(一) 三	5	35	视频	语言学习
643	外出旅游出行篇(一) 四	5	26	视频	语言学习
644	外出旅游出行篇(一) 一	5	42	视频	语言学习
645	外出旅游购物篇(二) 二	5	32	视频	语言学习
646	外出旅游购物篇(二) 三	5	22	视频	语言学习
647	外出旅游购物篇(二) 四	5	32	视频	语言学习
648	外出旅游购物篇(二) 一	5	42	视频	语言学习
649	外出旅游购物篇(三)	2	13	视频	语言学习
650	外出旅游购物篇(一) 二	5	40	视频	语言学习
651	外出旅游购物篇(一) 三	5	28	视频	语言学习
652	外出旅游购物篇(一) 四	5	18	视频	语言学习
653	外出旅游购物篇(一) 一	5	60	视频	语言学习
654	外出旅游求助篇(二)	2	20	视频	语言学习
655	外出旅游求助篇(一) 二	5	26	视频	语言学习
656	外出旅游求助篇(一) 三	5	22	视频	语言学习
657	外出旅游求助篇(一) 四	5	37	视频	语言学习
658	外出旅游求助篇(一) 一	5	30	视频	语言学习
659	外出旅游询问篇(二) 二	5	38	视频	语言学习
660	外出旅游询问篇(二) 三	5	58	视频	语言学习
661	外出旅游询问篇(二) 四	5	36	视频	语言学习
662	外出旅游询问篇(二) 一	5	46	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
663	外出旅游询问篇 (三) 二	5	56	视频	语言学习
664	外出旅游询问篇 (三) 三	5	55	视频	语言学习
665	外出旅游询问篇 (三) 四	5	38	视频	语言学习
666	外出旅游询问篇 (三) 一	5	55	视频	语言学习
667	外出旅游询问篇 (四) 二	5	45	视频	语言学习
668	外出旅游询问篇 (四) 三	5	45	视频	语言学习
669	外出旅游询问篇 (四) 四	5	45	视频	语言学习
670	外出旅游询问篇 (四) 一	5	38	视频	语言学习
671	外出旅游询问篇 (五) 二	5	28	视频	语言学习
672	外出旅游询问篇 (五) 三	6	27	视频	语言学习
673	外出旅游询问篇 (五) 四	3	27	视频	语言学习
674	外出旅游询问篇 (五) 一	5	55	视频	语言学习
675	外出旅游询问篇 (一) 二	5	48	视频	语言学习
676	外出旅游询问篇 (一) 三	5	42	视频	语言学习
677	外出旅游询问篇 (一) 四	5	30	视频	语言学习
678	外出旅游询问篇 (一) 一	5	30	视频	语言学习
679	零基础学英语—娱乐休闲篇 (三) 二	5	24	视频	语言学习
680	零基础学英语—娱乐休闲篇 (三) 三	5	36	视频	语言学习
681	零基础学英语—娱乐休闲篇 (三) 四	5	32	视频	语言学习
682	零基础学英语—娱乐休闲篇 (三) 一	5	38	视频	语言学习
683	零基础学英语—娱乐休闲篇 (四)	4	28	视频	语言学习
684	零基础学英语—娱乐休闲篇 (一) 二	4	30	视频	语言学习
685	零基础学英语—娱乐休闲篇 (一) 三	5	32	视频	语言学习
686	零基础学英语—娱乐休闲篇 (一) 四	5	40	视频	语言学习
687	零基础学英语—娱乐休闲篇 (一) 一	4	34	视频	语言学习
688	零基础学中文常用对话 (二) 二	5	92	视频	语言学习
689	零基础学中文常用对话 (二) 三	5	86	视频	语言学习
690	零基础学中文常用对话 (二) 四	5	80	视频	语言学习
691	零基础学中文常用对话 (二) 一	4	72	视频	语言学习
692	零基础学中文常用对话 (三)	1	16	视频	语言学习
693	零基础学中文常用对话 (一) 二	5	58	视频	语言学习
694	零基础学中文常用对话 (一) 三	5	50	视频	语言学习
695	零基础学中文常用对话 (一) 四	5	85	视频	语言学习
696	零基础学中文常用对话 (一) 一	5	83	视频	语言学习
697	零基础学中文发音 二	5	10	视频	语言学习
698	零基础学中文发音 三	2	28	视频	语言学习
699	零基础学中文发音 一	5	42	视频	语言学习
700	零基础英语词汇(1)	20	320	视频	语言学习
701	零基础英语词汇(10)	2	20	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
702	零基础英语词汇(2)	18	216	视频	语言学习
703	零基础英语词汇(3)	26	312	视频	语言学习
704	零基础英语词汇(4)	42	420	视频	语言学习
705	零基础英语词汇(5)	23	253	视频	语言学习
706	零基础英语词汇(6)	22	363	视频	语言学习
707	零基础英语词汇(7)	10	160	视频	语言学习
708	零基础英语词汇(8)	4	68	视频	语言学习
709	零基础英语词汇(9)	4	60	视频	语言学习
710	领导力提升	64	1014	视频	思维训练
711	刘捷：商业模式设计与创新	8	232	视频	就业创业
712	留学百问百答 二	5	55	视频	语言学习
713	留学百问百答 三	3	24	视频	语言学习
714	留学百问百答 一	5	50	视频	语言学习
715	流行美语 二	5	7	视频	语言学习
716	流行美语 三	2	3	视频	语言学习
717	流行美语 一	5	5	视频	语言学习
718	龙平：人才解码	10	290	视频	就业创业
719	炉边谈判（二） 二	3	27	视频	就业创业
720	炉边谈判（二） 一	5	35	视频	就业创业
721	炉边谈判（三） 二	3	27	视频	就业创业
722	炉边谈判（三） 一	5	35	视频	就业创业
723	炉边谈判（四） 二	3	27	视频	就业创业
724	炉边谈判（四） 一	5	35	视频	就业创业
725	炉边谈判（一） 二	3	27	视频	就业创业
726	炉边谈判（一） 一	5	35	视频	就业创业
727	陆尧：茶产业利润导向-细节与大度	5	145	视频	就业创业
728	逻辑记忆	36	558	视频	思维训练
729	马修鹏：《商解西游》	11	68	视频	就业创业
730	漫谈人性经济学	4	68	视频	投资理财
731	每日一句（二） 二	5	7	视频	语言学习
732	每日一句（二） 三	5	8	视频	语言学习
733	每日一句（二） 四	5	8	视频	语言学习
734	每日一句（二） 一	5	5	视频	语言学习
735	每日一句（三） 二	4	6	视频	语言学习
736	每日一句（三） 三	5	8	视频	语言学习
737	每日一句（三） 四	5	8	视频	语言学习
738	每日一句（三） 一	5	8	视频	语言学习
739	每日一句（四） 二	5	8	视频	语言学习
740	每日一句（四） 三	5	8	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
741	每日一句(四) 四	4	6	视频	语言学习
742	每日一句(四) 一	5	7	视频	语言学习
743	每日一句(五) 二	5	10	视频	语言学习
744	每日一句(五) 三	2	4	视频	语言学习
745	每日一句(五) 一	4	6	视频	语言学习
746	每日一句(一) 二	5	5	视频	语言学习
747	每日一句(一) 三	5	7	视频	语言学习
748	每日一句(一) 四	5	5	视频	语言学习
749	每日一句(一) 一	5	6	视频	语言学习
750	大学英语四六级语法难点(二) 二	5	35	视频	语言学习
751	大学英语四六级语法难点(二) 三	5	35	视频	语言学习
752	大学英语四六级语法难点(二) 四	5	70	视频	语言学习
753	大学英语四六级语法难点(二) 一	5	50	视频	语言学习
754	大学英语四六级语法难点(三) 二	1	8	视频	语言学习
755	大学英语四六级语法难点(三) 一	5	45	视频	就业创业
756	大学英语四六级语法难点(一) 二	5	40	视频	语言学习
757	大学英语四六级语法难点(一) 三	5	45	视频	语言学习
758	大学英语四六级语法难点(一) 四	5	30	视频	语言学习
759	大学英语四六级语法难点(一) 一	4	40	视频	语言学习
760	美国中心地 第八季	22	572	视频	畜牧养殖
761	美国中心地 第二季	20	532	视频	畜牧养殖
762	美国中心地 第六季	22	583	视频	畜牧养殖
763	美国中心地 第七季	22	572	视频	畜牧养殖
764	美国中心地 第三季	22	594	视频	畜牧养殖
765	美国中心地 第四季	22	594	视频	畜牧养殖
766	美国中心地 第五季	21	567	视频	畜牧养殖
767	美国中心地 第一季	20	540	视频	畜牧养殖
768	新概念第三册 200个长难句(八) 二	5	22	视频	语言学习
769	新概念第三册 200个长难句(八) 三	5	33	视频	语言学习
770	新概念第三册 200个长难句(八) 四	5	50	视频	语言学习
771	新概念第三册 200个长难句(八) 一	5	45	视频	语言学习
772	新概念第三册 200个长难句(二) 二	5	45	视频	语言学习
773	新概念第三册 200个长难句(二) 三	5	37	视频	语言学习
774	新概念第三册 200个长难句(二) 四	5	35	视频	语言学习
775	新概念第三册 200个长难句(二) 一	5	25	视频	语言学习
776	新概念第三册 200个长难句(九) 二	5	25	视频	语言学习
777	新概念第三册 200个长难句(九) 三	5	42	视频	语言学习
778	新概念第三册 200个长难句(九) 四	5	40	视频	语言学习
779	新概念第三册 200个长难句(九) 一	5	15	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
780	新概念第三册 200 个长难句(六) 二	5	20	视频	语言学习
781	新概念第三册 200 个长难句(六) 三	5	40	视频	语言学习
782	新概念第三册 200 个长难句(六) 四	5	30	视频	语言学习
783	新概念第三册 200 个长难句(六) 一	5	25	视频	语言学习
784	新概念第三册 200 个长难句(七) 二	5	27	视频	语言学习
785	新概念第三册 200 个长难句(七) 三	5	28	视频	语言学习
786	新概念第三册 200 个长难句(七) 四	5	50	视频	语言学习
787	新概念第三册 200 个长难句(七) 一	5	30	视频	语言学习
788	新概念第三册 200 个长难句(三) 二	5	12	视频	语言学习
789	新概念第三册 200 个长难句(三) 三	5	11	视频	语言学习
790	新概念第三册 200 个长难句(三) 四	5	25	视频	语言学习
791	新概念第三册 200 个长难句(三) 一	5	28	视频	语言学习
792	新概念第三册 200 个长难句(十) 二	5	98	视频	语言学习
793	新概念第三册 200 个长难句(十) 三	5	26	视频	语言学习
794	新概念第三册 200 个长难句(十) 四	4	38	视频	语言学习
795	新概念第三册 200 个长难句(十) 一	5	28	视频	语言学习
796	新概念第三册 200 个长难句(四) 二	5	38	视频	语言学习
797	新概念第三册 200 个长难句(四) 三	5	26	视频	语言学习
798	新概念第三册 200 个长难句(四) 四	5	22	视频	语言学习
799	新概念第三册 200 个长难句(四) 一	5	15	视频	语言学习
800	新概念第三册 200 个长难句(五) 二	5	45	视频	语言学习
801	新概念第三册 200 个长难句(五) 三	5	25	视频	语言学习
802	新概念第三册 200 个长难句(五) 四	5	11	视频	语言学习
803	新概念第三册 200 个长难句(五) 一	5	27	视频	语言学习
804	新概念第三册 200 个长难句(一) 二	5	45	视频	语言学习
805	新概念第三册 200 个长难句(一) 三	5	46	视频	语言学习
806	新概念第三册 200 个长难句(一) 四	5	26	视频	语言学习
807	新概念第三册 200 个长难句(一) 一	5	36	视频	语言学习
808	新概念第四册长难句(八) 二	5	32	视频	语言学习
809	新概念第四册长难句(八) 三	5	48	视频	语言学习
810	新概念第四册长难句(八) 四	5	50	视频	语言学习
811	新概念第四册长难句(八) 一	5	35	视频	语言学习
812	新概念第四册长难句(二) 二	5	48	视频	语言学习
813	新概念第四册长难句(二) 三	5	50	视频	语言学习
814	新概念英语第四册长难句(二) 四	5	52	视频	语言学习
815	新概念英语第四册长难句(二) 一	5	48	视频	语言学习
816	新概念英语第四册长难句(九) 二	5	20	视频	语言学习
817	新概念英语第四册长难句(九) 三	5	52	视频	语言学习
818	新概念英语第四册长难句(九) 四	5	46	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
819	新概念英语第四册长难句(九) 一	5	32	视频	语言学习
820	新概念英语第四册长难句(六) 二	5	38	视频	语言学习
821	新概念英语第四册长难句(六) 三	5	40	视频	语言学习
822	新概念英语第四册长难句(六) 四	5	35	视频	语言学习
823	新概念英语第四册长难句(六) 一	5	40	视频	语言学习
824	新概念英语第四册长难句(七) 二	5	36	视频	语言学习
825	新概念英语第四册长难句(七) 三	5	22	视频	语言学习
826	新概念英语第四册长难句(七) 四	5	38	视频	语言学习
827	新概念英语第四册长难句(七) 一	5	47	视频	语言学习
828	新概念英语第四册长难句(三) 二	5	45	视频	语言学习
829	新概念英语第四册长难句(三) 三	5	37	视频	语言学习
830	新概念英语第四册长难句(三) 四	5	56	视频	语言学习
831	新概念英语第四册长难句(三) 一	5	27	视频	语言学习
832	新概念英语第四册长难句(十) 二	5	25	视频	语言学习
833	新概念英语第四册长难句(十) 三	5	30	视频	语言学习
834	新概念英语第四册长难句(十) 四	4	20	视频	语言学习
835	新概念英语第四册长难句(十) 一	5	22	视频	语言学习
836	新概念英语第四册长难句(四) 二	5	50	视频	语言学习
837	新概念英语第四册长难句(四) 三	5	50	视频	语言学习
838	新概念英语第四册长难句(四) 四	5	50	视频	语言学习
839	新概念英语第四册长难句(四) 一	5	20	视频	语言学习
840	新概念英语第四册长难句(五) 二	5	12	视频	语言学习
841	新概念英语第四册长难句(五) 三	5	15	视频	语言学习
842	新概念英语第四册长难句(五) 四	5	42	视频	语言学习
843	新概念英语第四册长难句(五) 一	5	45	视频	语言学习
844	新概念英语第四册长难句(一) 二	5	35	视频	语言学习
845	新概念英语第四册长难句(一) 三	5	30	视频	语言学习
846	新概念英语第四册长难句(一) 四	5	15	视频	语言学习
847	新概念英语第四册长难句(一) 一	5	40	视频	语言学习
848	彭荣模: 领导者的人才管理	11	319	视频	就业创业
849	齐大伟: 《核心智慧——十大密码》	6	174	视频	就业创业
850	巧学新概念英语第二册 1	3	20	视频	语言学习
851	巧学新概念英语第二册 10	3	20	视频	语言学习
852	巧学新概念英语第二册 11	3	20	视频	语言学习
853	巧学新概念英语第二册 12	3	20	视频	语言学习
854	巧学新概念英语第二册 13	3	20	视频	语言学习
855	巧学新概念英语第二册 14	3	20	视频	语言学习
856	巧学新概念英语第二册 15	3	20	视频	语言学习
857	巧学新概念英语第二册 16	3	20	视频	语言学习

## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
858	巧学新概念英语第二册 17	3	20	视频	语言学习
859	巧学新概念英语第二册 18	3	20	视频	语言学习
860	巧学新概念英语第二册 19	3	20	视频	语言学习
861	巧学新概念英语第二册 2	3	20	视频	语言学习
862	巧学新概念英语第二册 20	3	20	视频	语言学习
863	巧学新概念英语第二册 21	3	20	视频	语言学习
864	巧学新概念英语第二册 22	3	20	视频	语言学习
865	巧学新概念英语第二册 23	3	20	视频	语言学习
866	巧学新概念英语第二册 24	3	20	视频	语言学习
867	巧学新概念英语第二册 25	3	20	视频	语言学习
868	巧学新概念英语第二册 26	3	20	视频	语言学习
869	巧学新概念英语第二册 27	3	20	视频	语言学习
870	巧学新概念英语第二册 28	3	20	视频	语言学习
871	巧学新概念英语第二册 29	3	20	视频	语言学习
872	巧学新概念英语第二册 3	3	20	视频	语言学习
873	巧学新概念英语第二册 30	3	20	视频	语言学习
874	巧学新概念英语第二册 31	3	20	视频	语言学习
875	巧学新概念英语第二册 32	3	20	视频	语言学习
876	巧学新概念英语第二册 33	3	20	视频	语言学习
877	巧学新概念英语第二册 34	3	20	视频	语言学习
878	巧学新概念英语第二册 35	3	20	视频	语言学习
879	巧学新概念英语第二册 36	3	20	视频	语言学习
880	巧学新概念英语第二册 37	3	20	视频	语言学习
881	巧学新概念英语第二册 38	3	20	视频	语言学习
882	巧学新概念英语第二册 39	3	20	视频	语言学习
883	巧学新概念英语第二册 4	3	20	视频	语言学习
884	巧学新概念英语第二册 40	3	22	视频	语言学习
885	巧学新概念英语第二册 41	3	20	视频	语言学习
886	巧学新概念英语第二册 42	3	20	视频	语言学习
887	巧学新概念英语第二册 43	3	20	视频	语言学习
888	巧学新概念英语第二册 44	3	20	视频	语言学习
889	巧学新概念英语第二册 45	3	20	视频	语言学习
890	巧学新概念英语第二册 46	3	23	视频	语言学习
891	巧学新概念英语第二册 47	3	17	视频	语言学习
892	巧学新概念英语第二册 48	3	20	视频	语言学习
893	巧学新概念英语第二册 49	3	20	视频	语言学习
894	巧学新概念英语第二册 5	3	18	视频	语言学习
895	巧学新概念英语第二册 50	3	18	视频	语言学习
896	巧学新概念英语第二册 51	3	18	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
897	巧学新概念英语第二册 52	3	18	视频	语言学习
898	巧学新概念英语第二册 53	3	18	视频	语言学习
899	巧学新概念英语第二册 54	3	18	视频	语言学习
900	巧学新概念英语第二册 55	3	18	视频	语言学习
901	巧学新概念英语第二册 56	3	18	视频	语言学习
902	巧学新概念英语第二册 57	3	18	视频	语言学习
903	巧学新概念英语第二册 58	3	18	视频	语言学习
904	巧学新概念英语第二册 59	3	18	视频	语言学习
905	巧学新概念英语第二册 6	3	18	视频	语言学习
906	巧学新概念英语第二册 60	3	18	视频	语言学习
907	巧学新概念英语第二册 61	3	18	视频	语言学习
908	巧学新概念英语第二册 62	3	18	视频	语言学习
909	巧学新概念英语第二册 63	3	15	视频	语言学习
910	巧学新概念英语第二册 64	3	18	视频	语言学习
911	巧学新概念英语第二册 65	3	18	视频	语言学习
912	巧学新概念英语第二册 66	3	18	视频	语言学习
913	巧学新概念英语第二册 67	3	18	视频	语言学习
914	巧学新概念英语第二册 68	3	18	视频	语言学习
915	巧学新概念英语第二册 69	3	18	视频	语言学习
916	巧学新概念英语第二册 7	3	18	视频	语言学习
917	巧学新概念英语第二册 70	3	18	视频	语言学习
918	巧学新概念英语第二册 71	3	18	视频	语言学习
919	巧学新概念英语第二册 72	3	18	视频	语言学习
920	巧学新概念英语第二册 73	3	18	视频	语言学习
921	巧学新概念英语第二册 74	3	18	视频	语言学习
922	巧学新概念英语第二册 75	3	18	视频	语言学习
923	巧学新概念英语第二册 76	3	18	视频	语言学习
924	巧学新概念英语第二册 77	3	18	视频	语言学习
925	巧学新概念英语第二册 78	3	18	视频	语言学习
926	巧学新概念英语第二册 79	3	18	视频	语言学习
927	巧学新概念英语第二册 8	3	18	视频	语言学习
928	巧学新概念英语第二册 80	3	18	视频	语言学习
929	巧学新概念英语第二册 81	3	18	视频	语言学习
930	巧学新概念英语第二册 82	3	18	视频	语言学习
931	巧学新概念英语第二册 83	3	18	视频	语言学习
932	巧学新概念英语第二册 84	3	18	视频	语言学习
933	巧学新概念英语第二册 85	3	18	视频	语言学习
934	巧学新概念英语第二册 86	3	18	视频	语言学习
935	巧学新概念英语第二册 87	3	18	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
936	巧学新概念英语第二册 88	3	18	视频	语言学习
937	巧学新概念英语第二册 89	3	18	视频	语言学习
938	巧学新概念英语第二册 9	3	18	视频	语言学习
939	巧学新概念英语第二册 90	3	18	视频	语言学习
940	巧学新概念英语第二册 91	3	18	视频	语言学习
941	巧学新概念英语第二册 92	3	18	视频	语言学习
942	巧学新概念英语第二册 93	3	18	视频	语言学习
943	巧学新概念英语第二册 94	3	18	视频	语言学习
944	巧学新概念英语第二册 95	3	18	视频	语言学习
945	巧学新概念英语第二册 96	3	18	视频	语言学习
946	巧学新概念英语第一册 (八) 二	5	45	视频	语言学习
947	巧学新概念英语第一册 (八) 三	5	45	视频	语言学习
948	巧学新概念英语第一册 (八) 四	5	45	视频	语言学习
949	巧学新概念英语第一册 (八) 一	5	45	视频	语言学习
950	巧学新概念英语第一册 (二) 二	5	10	视频	语言学习
951	巧学新概念英语第一册 (二) 三	5	7	视频	语言学习
952	巧学新概念英语第一册 (二) 四	5	36	视频	语言学习
953	巧学新概念英语第一册 (二) 一	5	38	视频	语言学习
954	巧学新概念英语第一册 (九) 二	5	30	视频	语言学习
955	巧学新概念英语第一册 (九) 三	5	34	视频	语言学习
956	巧学新概念英语第一册 (九) 四	5	26	视频	语言学习
957	巧学新概念英语第一册 (九) 一	5	28	视频	语言学习
958	巧学新概念英语第一册 (六) 二	5	11	视频	语言学习
959	巧学新概念英语第一册 (六) 三	5	32	视频	语言学习
960	巧学新概念英语第一册 (六) 四	5	9	视频	语言学习
961	巧学新概念英语第一册 (六) 一	5	35	视频	语言学习
962	巧学新概念英语第一册 (七) 二	5	27	视频	语言学习
963	巧学新概念英语第一册 (七) 三	5	15	视频	语言学习
964	巧学新概念英语第一册 (七) 四	5	16	视频	语言学习
965	巧学新概念英语第一册 (七) 一	5	36	视频	语言学习
966	巧学新概念英语第一册 (三) 二	5	8	视频	语言学习
967	巧学新概念英语第一册 (三) 三	5	28	视频	语言学习
968	巧学新概念英语第一册 (三) 四	5	10	视频	语言学习
969	巧学新概念英语第一册 (三) 五	1	7	视频	语言学习
970	巧学新概念英语第一册 (三) 一	5	47	视频	语言学习
971	巧学新概念英语第一册 (十) 二	5	42	视频	语言学习
972	巧学新概念英语第一册 (十) 三	5	37	视频	语言学习
973	巧学新概念英语第一册 (十) 四	5	26	视频	语言学习
974	巧学新概念英语第一册 (十) 一	5	45	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
975	巧学新概念英语第一册 (十一) 二	5	12	视频	语言学习
976	巧学新概念英语第一册 (十一) 三	4	9	视频	语言学习
977	巧学新概念英语第一册 (十一) 一	5	35	视频	语言学习
978	巧学新概念英语第一册 (四) 二	5	38	视频	语言学习
979	巧学新概念英语第一册 (四) 三	5	10	视频	语言学习
980	巧学新概念英语第一册 (四) 四	5	38	视频	语言学习
981	巧学新概念英语第一册 (四) 一	5	40	视频	语言学习
982	巧学新概念英语第一册 (五) 二	5	9	视频	语言学习
983	巧学新概念英语第一册 (五) 三	5	30	视频	语言学习
984	巧学新概念英语第一册 (五) 四	5	12	视频	语言学习
985	巧学新概念英语第一册 (五) 一	5	12	视频	语言学习
986	巧学新概念英语第一册 (一) 二	5	40	视频	语言学习
987	巧学新概念英语第一册 (一) 三	5	40	视频	语言学习
988	巧学新概念英语第一册 (一) 四	5	40	视频	语言学习
989	巧学新概念英语第一册 (一) 一	5	6	视频	语言学习
990	情归巴黎电影英文解析 (二) 二	5	25	视频	语言学习
991	情归巴黎电影英文解析 (二) 三	5	46	视频	语言学习
992	情归巴黎电影英文解析 (二) 四	5	25	视频	语言学习
993	情归巴黎电影英文解析 (二) 一	5	30	视频	语言学习
994	情归巴黎电影英文解析 (三) 二	5	25	视频	语言学习
995	情归巴黎电影英文解析 (三) 三	5	32	视频	语言学习
996	情归巴黎电影英文解析 (三) 四	5	20	视频	语言学习
997	情归巴黎电影英文解析 (三) 一	5	32	视频	语言学习
998	情归巴黎电影英文解析 (四) 二	5	20	视频	语言学习
999	情归巴黎电影英文解析 (四) 三	5	32	视频	语言学习
1000	情归巴黎电影英文解析 (四) 四	5	47	视频	语言学习
1001	情归巴黎电影英文解析 (四) 一	5	27	视频	语言学习
1002	情归巴黎电影英文解析 (五) 二	1	7	视频	语言学习
1003	情归巴黎电影英文解析 (五) 一	5	33	视频	语言学习
1004	情归巴黎电影英文解析 (一) 二	5	32	视频	语言学习
1005	情归巴黎电影英文解析 (一) 三	5	37	视频	语言学习
1006	情归巴黎电影英文解析 (一) 四	5	42	视频	语言学习
1007	情归巴黎电影英文解析 (一) 一	5	38	视频	语言学习
1008	邱政政看电影学英语 (二) 二	5	28	视频	语言学习
1009	邱政政看电影学英语 (二) 三	5	17	视频	语言学习
1010	邱政政看电影学英语 (二) 四	5	23	视频	语言学习
1011	邱政政看电影学英语 (二) 一	5	27	视频	语言学习
1012	邱政政看电影学英语 (一) 二	5	21	视频	语言学习
1013	邱政政看电影学英语 (一) 三	5	12	视频	语言学习

## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
1014	邱政政看电影学英语(一) 四	5	15	视频	语言学习
1015	邱政政看电影学英语(一) 一	5	20	视频	语言学习
1016	全脑开发教育	2	42	视频	就业创业
1017	全能交际韩语(1)	4	64	视频	语言学习
1018	全能交际韩语(10)	4	65	视频	语言学习
1019	全能交际韩语(11)	4	68	视频	语言学习
1020	全能交际韩语(12)	4	66	视频	语言学习
1021	全能交际韩语(13)	4	68	视频	语言学习
1022	全能交际韩语(14)	4	72	视频	语言学习
1023	全能交际韩语(15)	4	66	视频	语言学习
1024	全能交际韩语(16)	4	56	视频	语言学习
1025	全能交际韩语(17)	4	68	视频	语言学习
1026	全能交际韩语(18)	4	60	视频	语言学习
1027	全能交际韩语(19)	4	65	视频	语言学习
1028	全能交际韩语(2)	4	60	视频	语言学习
1029	全能交际韩语(20)	4	56	视频	语言学习
1030	全能交际韩语(21)	4	64	视频	语言学习
1031	全能交际韩语(22)	4	68	视频	语言学习
1032	全能交际韩语(23)	4	62	视频	语言学习
1033	全能交际韩语(24)	4	62	视频	语言学习
1034	全能交际韩语(25)	4	60	视频	语言学习
1035	全能交际韩语(26)	4	62	视频	语言学习
1036	全能交际韩语(27)	4	60	视频	语言学习
1037	全能交际韩语(28)	4	70	视频	语言学习
1038	全能交际韩语(29)	4	64	视频	语言学习
1039	全能交际韩语(3)	4	60	视频	语言学习
1040	全能交际韩语(30)	4	58	视频	语言学习
1041	全能交际韩语(4)	4	66	视频	语言学习
1042	全能交际韩语(5)	4	58	视频	语言学习
1043	全能交际韩语(6)	4	62	视频	语言学习
1044	全能交际韩语(7)	4	58	视频	语言学习
1045	全能交际韩语(8)	4	64	视频	语言学习
1046	全能交际韩语(9)	4	68	视频	语言学习
1047	全能交际日语(1)	4	46	视频	语言学习
1048	全能交际日语(10)	4	60	视频	语言学习
1049	全能交际日语(11)	2	30	视频	语言学习
1050	全能交际日语(12)	4	65	视频	语言学习
1051	全能交际日语(13)	4	62	视频	语言学习
1052	全能交际日语(14)	4	62	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
1053	全能交际日语(15)	4	62	视频	语言学习
1054	全能交际日语(16)	4	60	视频	语言学习
1055	全能交际日语(17)	4	58	视频	语言学习
1056	全能交际日语(18)	4	60	视频	语言学习
1057	全能交际日语(19)	4	58	视频	语言学习
1058	全能交际日语(2)	4	58	视频	语言学习
1059	全能交际日语(20)	4	60	视频	语言学习
1060	全能交际日语(21)	4	58	视频	语言学习
1061	全能交际日语(22)	4	62	视频	语言学习
1062	全能交际日语(23)	4	62	视频	语言学习
1063	全能交际日语(24)	4	62	视频	语言学习
1064	全能交际日语(25)	4	61	视频	语言学习
1065	全能交际日语(26)	4	52	视频	语言学习
1066	全能交际日语(27)	4	64	视频	语言学习
1067	全能交际日语(28)	5	70	视频	语言学习
1068	全能交际日语(29)	5	75	视频	语言学习
1069	全能交际日语(3)	4	58	视频	语言学习
1070	全能交际日语(30)	4	58	视频	语言学习
1071	全能交际日语(4)	4	64	视频	语言学习
1072	全能交际日语(5)	4	60	视频	语言学习
1073	全能交际日语(6)	4	56	视频	语言学习
1074	全能交际日语(7)	4	60	视频	语言学习
1075	全能交际日语(8)	4	52	视频	语言学习
1076	全能交际日语(9)	4	55	视频	语言学习
1077	日常沟通中的地道表达 八	5	18	视频	语言学习
1078	日常沟通中的地道表达 二	5	15	视频	语言学习
1079	日常沟通中的地道表达 六	5	17	视频	语言学习
1080	日常沟通中的地道表达 七	5	18	视频	语言学习
1081	日常沟通中的地道表达 三	5	25	视频	语言学习
1082	日常沟通中的地道表达 四	5	9	视频	语言学习
1083	日常沟通中的地道表达 五	5	10	视频	语言学习
1084	日常沟通中的地道表达 一	5	13	视频	中西烹饪
1085	从创业成长为世界级上市公司 二	4	25	视频	就业创业
1086	从创业成长为世界级上市公司 一	5	20	视频	就业创业
1087	打造一个让用户尖叫的 O2O 服务	3	87	视频	就业创业
1088	商务情景之求职面试 二	5	20	视频	就业创业
1089	商务情景之求职面试 三	5	20	视频	就业创业
1090	商务情景之求职面试 一	5	28	视频	就业创业
1091	商务情景之日常对话 (二) 二	5	15	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
1092	商务情景之日常对话 (二) 三	5	15	视频	语言学习
1093	商务情景之日常对话 (二) 四	5	15	视频	语言学习
1094	商务情景之日常对话 (二) 一	5	15	视频	语言学习
1095	商务情景之日常对话 (一) 二	5	18	视频	语言学习
1096	商务情景之日常对话 (一) 三	5	10	视频	语言学习
1097	商务情景之日常对话 (一) 四	5	12	视频	语言学习
1098	商务情景之日常对话 (一) 一	5	15	视频	语言学习
1099	商务情景之商务旅行(二) 二	5	20	视频	语言学习
1100	商务情景之商务旅行(二) 三	5	15	视频	语言学习
1101	商务情景之商务旅行(二) 一	5	10	视频	语言学习
1102	商务情景之商务旅行(一) 二	5	10	视频	语言学习
1103	商务情景之商务旅行(一) 三	5	10	视频	语言学习
1104	商务情景之商务旅行(一) 四	5	12	视频	语言学习
1105	商务情景之商务旅行(一) 一	5	12	视频	语言学习
1106	商务情景之英文书写 (二) 二	5	17	视频	语言学习
1107	商务情景之英文书写 (二) 三	5	17	视频	语言学习
1108	商务情景之英文书写 (二) 一	5	25	视频	语言学习
1109	商务情景之英文书写 (一) 二	5	15	视频	语言学习
1110	商务情景之英文书写 (一) 三	5	15	视频	语言学习
1111	商务情景之英文书写 (一) 四	5	26	视频	语言学习
1112	商务情景之英文书写 (一) 一	5	20	视频	语言学习
1113	上海点心	20	160	视频	中西烹饪
1114	石岩:《发现的智慧》	10	290	视频	就业创业
1115	时勘: 和谐的劳资关系与人本管理	6	174	视频	就业创业
1116	实战销售	32	517	视频	思维训练
1117	史永翔: 创造利润的奇迹	7	203	视频	就业创业
1118	世界名车记忆	8	127	视频	思维训练
1119	说服力销售	28	467	视频	思维训练
1120	思维导图之学习应用	12	364	视频	思维训练
1121	思维导图之职业应用	12	260	视频	思维训练
1122	她时代的女性	1	43	视频	就业创业
1123	唐际礼: 财富聚之有道	10	290	视频	投资理财
1124	听懂彼此的心声	4	116	视频	投资理财
1125	推销是一门艺术 二	2	50	视频	就业创业
1126	推销是一门艺术 一	5	46	视频	就业创业
1127	托福白金版备考指南 (二) 二	4	14	视频	语言学习
1128	托福白金版备考指南 (二) 一	5	15	视频	语言学习
1129	托福白金版备考指南 (一) 二	5	45	视频	语言学习
1130	托福白金版备考指南 (一) 三	5	45	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
1131	托福白金版备考指南(一) 四	5	45	视频	语言学习
1132	托福白金版备考指南(一) 一	5	28	视频	语言学习
1133	玩转移动学习	10	59	视频	信息技术
1134	王博: 酒店餐饮感动个性化服务	12	348	视频	就业创业
1135	王汉武: 精准制导的品牌引爆	7	203	视频	就业创业
1136	王璞:《决胜未来的力量——领导力》	5	145	视频	就业创业
1137	王强日常口语之短对话篇(二) 二	5	50	视频	语言学习
1138	王强日常口语之短对话篇(二) 三	5	26	视频	语言学习
1139	王强日常口语之短对话篇(二) 四	4	24	视频	语言学习
1140	王强日常口语之短对话篇(二) 一	5	32	视频	语言学习
1141	王强日常口语之短对话篇(三) 二	5	32	视频	语言学习
1142	王强日常口语之短对话篇(三) 三	5	35	视频	语言学习
1143	王强日常口语之短对话篇(三) 四	5	33	视频	语言学习
1144	王强日常口语之短对话篇(三) 一	5	40	视频	语言学习
1145	王强日常口语之短对话篇(四) 二	5	48	视频	语言学习
1146	王强日常口语之短对话篇(四) 三	5	23	视频	语言学习
1147	王强日常口语之短对话篇(四) 四	4	20	视频	语言学习
1148	王强日常口语之短对话篇(四) 一	5	15	视频	语言学习
1149	王强日常口语之短对话篇(五) 二	5	30	视频	语言学习
1150	王强日常口语之短对话篇(五) 三	3	13	视频	语言学习
1151	王强日常口语之短对话篇(五) 一	5	40	视频	语言学习
1152	王强日常口语之短对话篇(一) 二	5	24	视频	语言学习
1153	王强日常口语之短对话篇(一) 三	5	20	视频	语言学习
1154	王强日常口语之短对话篇(一) 四	5	31	视频	语言学习
1155	王强日常口语之短对话篇(一) 一	5	25	视频	语言学习
1156	王强日常口语之习语篇(二) 二	5	45	视频	语言学习
1157	王强日常口语之习语篇(二) 三	5	45	视频	语言学习
1158	王强日常口语之习语篇(二) 四	5	45	视频	语言学习
1159	王强日常口语之习语篇(二) 一	5	35	视频	语言学习
1160	王强日常口语之习语篇(三) 二	5	45	视频	语言学习
1161	王强日常口语之习语篇(三) 三	5	45	视频	语言学习
1162	王强日常口语之习语篇(三) 一	5	41	视频	语言学习
1163	王强日常口语之习语篇(一) 二	5	30	视频	语言学习
1164	王强日常口语之习语篇(一) 三	5	40	视频	语言学习
1165	王强日常口语之习语篇(一) 四	5	36	视频	语言学习
1166	王强日常口语之习语篇(一) 一	5	50	视频	语言学习
1167	王强日常口语之长对话篇(二) 二	5	35	视频	语言学习
1168	王强日常口语之长对话篇(二) 三	5	48	视频	语言学习
1169	王强日常口语之长对话篇(二) 四	5	30	视频	语言学习

## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
1170	王强日常口语之长对话篇(二) 一	5	35	视频	语言学习
1171	王强日常口语之长对话篇(三) 二	5	27	视频	语言学习
1172	王强日常口语之长对话篇(三) 三	4	24	视频	语言学习
1173	王强日常口语之长对话篇(三) 四	4	20	视频	语言学习
1174	王强日常口语之长对话篇(三) 一	5	22	视频	语言学习
1175	王强日常口语之长对话篇(四) 二	5	35	视频	语言学习
1176	王强日常口语之长对话篇(四) 三	5	18	视频	语言学习
1177	王强日常口语之长对话篇(四) 四	5	16	视频	语言学习
1178	王强日常口语之长对话篇(四) 一	4	26	视频	语言学习
1179	王强日常口语之长对话篇(五) 二	4	16	视频	语言学习
1180	王强日常口语之长对话篇(五) 三	4	16	视频	语言学习
1181	王强日常口语之长对话篇(五) 一	5	28	视频	语言学习
1182	王强日常口语之长对话篇(一) 二	5	48	视频	语言学习
1183	王强日常口语之长对话篇(一) 三	5	28	视频	语言学习
1184	王强日常口语之长对话篇(一) 四	5	27	视频	语言学习
1185	王强日常口语之长对话篇(一) 一	4	20	视频	语言学习
1186	王仁峰:《职商决定职场》	7	203	视频	就业创业
1187	王仁峰: 如何轻松做老板	9	261	视频	就业创业
1188	网店赚钱全攻略全面精通视频教程	17	637	视频	信息技术
1189	微电商 大机遇	3	87	视频	信息技术
1190	未来中国资本市场和创业选择	3	87	视频	投资理财
1191	吴思通: 总裁公众演说魅力	12	348	视频	就业创业
1192	线上到线下服务设计和案例分析	2	46	视频	信息技术
1193	小学教师资格面试 2016 上半年	6	141	视频	就业创业
1194	小学教育教学知识与能力	35	210	视频	就业创业
1195	小学教育教学知识与能力强化	20	185	视频	就业创业
1196	新版标准日语初级入门 二	5	40	视频	语言学习
1197	新版标准日语初级入门 三	4	20	视频	语言学习
1198	新版标准日语初级入门 一	5	20	视频	语言学习
1199	新概念微课堂第一册 二	5	52	视频	语言学习
1200	新概念微课堂第一册 三	5	48	视频	语言学习
1201	新概念微课堂第一册 四	2	12	视频	语言学习
1202	新概念微课堂第一册 一	5	17	视频	语言学习
1203	新概念英语第四册写作伴侣(1)	25	815	视频	语言学习
1204	新概念英语第四册写作伴侣(2)	26	405	视频	语言学习
1205	新概念英语第四册写作伴侣(3)	24	62	视频	语言学习
1206	新概念英语第四册写作伴侣(4)	25	255	视频	语言学习
1207	新概念英语第四册写作伴侣(5)	24	296	视频	语言学习
1208	新概念英语第四册写作伴侣(6)	25	108	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
1209	新概念英语第四册写作伴侣(7)	31	143	视频	语言学习
1210	新概念英语第四册写作伴侣(8)	10	670	视频	语言学习
1211	新媒体运营	4	108	视频	信息技术
1212	新市民系列 信息技术	20	100	视频	信息技术
1213	新营销的崛起	3	87	视频	信息技术
1214	信息技术	3	16	视频	信息技术
1215	熊抱创时代	2	58	视频	就业创业
1216	徐源：老板身边的幕僚	6	174	视频	就业创业
1217	许阳：打造一流中层	11	319	视频	就业创业
1218	闫真诚：1天成为策划高手	10	290	视频	就业创业
1219	闫真诚：品牌营销	10	290	视频	就业创业
1220	严世华：赢家密码-营销四绝攻略	10	290	视频	就业创业
1221	移动互联时代的 O2O 营销革命	3	87	视频	投资理财
1222	移动互联网营销解密	4	116	视频	信息技术
1223	移动学习与智慧生活	20	112	视频	信息技术
1224	译言堂课程 二	5	27	视频	语言学习
1225	译言堂课程 三	1	6	视频	语言学习
1226	译言堂课程 一	5	25	视频	语言学习
1227	英语词法	138	1186	视频	语言学习
1228	英语单词八	8	66	视频	语言学习
1229	英语单词二	7	53	视频	语言学习
1230	英语单词六	6	55	视频	语言学习
1231	英语单词七	7	60	视频	语言学习
1232	英语单词三	7	60	视频	语言学习
1233	英语单词四	7	61	视频	语言学习
1234	英语单词五	7	60	视频	语言学习
1235	英语单词一	7	58	视频	语言学习
1236	英语高级口译翻译	29	75	视频	语言学习
1237	英语高级口译听力	10	235	视频	语言学习
1238	英语高级口译阅读	60	390	视频	语言学习
1239	英语基础口译翻译	7	7	视频	语言学习
1240	英语基础口译听力	11	258	视频	语言学习
1241	英语基础口译阅读	7	74	视频	语言学习
1242	英语长难句-初级(1)	8	100	视频	语言学习
1243	英语长难句-初级(2)	7	14	视频	语言学习
1244	英语长难句-初级(3)	3	13	视频	语言学习
1245	英语长难句-初级(4)	17	113	视频	语言学习
1246	英语长难句-初级(5)	11	93	视频	语言学习
1247	英语长难句-高级(1)	26	95	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
1248	英语长难句-高级(2)	26	212	视频	语言学习
1249	英语长难句-高级(3)	22	390	视频	语言学习
1250	英语长难句-高级(4)	31	30	视频	语言学习
1251	英语长难句-高级(5)	29	130	视频	语言学习
1252	英语长难句-高级(6)	15	97	视频	语言学习
1253	英语长难句-中级(1)	13	104	视频	语言学习
1254	英语长难句-中级(10)	12	18	视频	语言学习
1255	英语长难句-中级(11)	15	25	视频	语言学习
1256	英语长难句-中级(12)	14	30	视频	语言学习
1257	英语长难句-中级(13)	10	15	视频	语言学习
1258	英语长难句-中级(14)	11	20	视频	语言学习
1259	英语长难句-中级(15)	18	45	视频	语言学习
1260	英语长难句-中级(2)	11	38	视频	语言学习
1261	英语长难句-中级(3)	11	51	视频	语言学习
1262	英语长难句-中级(4)	12	79	视频	语言学习
1263	英语长难句-中级(5)	10	100	视频	语言学习
1264	英语长难句-中级(6)	15	67	视频	语言学习
1265	英语长难句-中级(7)	10	100	视频	语言学习
1266	英语长难句-中级(8)	6	8	视频	语言学习
1267	英语长难句-中级(9)	17	17	视频	语言学习
1268	英语中级口译翻译	17	220	视频	语言学习
1269	英语中级口译听力	10	235	视频	语言学习
1270	英语中级口译阅读	61	555	视频	语言学习
1271	影响力导师	36	900	视频	思维训练
1272	用互联网成就世界品牌梦	3	87	视频	就业创业
1273	俞敏洪托福词汇串讲(二) 二	5	35	视频	语言学习
1274	俞敏洪托福词汇串讲(二) 三	5	22	视频	语言学习
1275	俞敏洪托福词汇串讲(二) 四	5	45	视频	语言学习
1276	俞敏洪托福词汇串讲(二) 一	5	25	视频	语言学习
1277	俞敏洪托福词汇串讲(三) 二	5	20	视频	语言学习
1278	俞敏洪托福词汇串讲(三) 三	4	28	视频	语言学习
1279	俞敏洪托福词汇串讲(三) 一	5	30	视频	语言学习
1280	俞敏洪托福词汇串讲(一) 二	5	21	视频	语言学习
1281	俞敏洪托福词汇串讲(一) 三	5	50	视频	语言学习
1282	俞敏洪托福词汇串讲(一) 四	5	35	视频	语言学习
1283	俞敏洪托福词汇串讲(一) 一	5	30	视频	语言学习
1284	月季系列——月季养护方法	4	60	视频	农作物栽培
1285	云服务开启网络视频黄金时代	4	116	视频	就业创业
1286	云服务如何助力初创 App	1	13	视频	信息技术



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
1287	臧日宏：转型成长与资本谋略	10	290	视频	投资理财
1288	早教课程的设计和组织实施	2	35	视频	就业创业
1289	张珈豪：《超级执行力》	10	290	视频	就业创业
1290	张向宁：《企业家的创新思维》	3	87	视频	就业创业
1291	这个时代需要韦小宝样的产品经理	2	50	视频	就业创业
1292	争议中的共享经济	3	87	视频	就业创业
1293	中国名人领袖力——俞敏洪 二	5	21	视频	就业创业
1294	中国名人领袖力——俞敏洪 三	5	21	视频	就业创业
1295	中国名人领袖力——俞敏洪 四	5	22	视频	就业创业
1296	中国名人领袖力——俞敏洪 五	5	10	视频	就业创业
1297	中国名人领袖力——俞敏洪 一	5	22	视频	就业创业
1298	中国企业“突维”之旅 二	5	26	视频	就业创业
1299	中国企业“突维”之旅 一	5	15	视频	就业创业
1300	中国商业领袖如何看待企业文化(二)	3	8	视频	就业创业
1301	如何看待企业文化（一） 二	5	22	视频	就业创业
1302	如何看待企业文化（一） 三	5	17	视频	就业创业
1303	如何看待企业文化（一） 四	5	31	视频	就业创业
1304	如何看待企业文化（一） 一	5	5	视频	就业创业
1305	如何从 0 开启 100 亿美金的市场	2	58	视频	就业创业
1306	中学综合素质强化进阶班	11	27	视频	就业创业
1307	卓越领导力	20	312	视频	思维训练
1308	卓越领导人论坛	8	232	视频	就业创业
1309	卓越销售	20	500	视频	思维训练
1310	综合素质强化进阶班	4	88	视频	就业创业
1311	西式餐饮制作与礼仪	10	52	视频	中西烹饪
1312	最好朋友的婚礼电影解析（二） 二	5	22	视频	语言学习
1313	最好朋友的婚礼电影解析（二） 三	5	23	视频	语言学习
1314	最好朋友的婚礼电影解析（二） 四	5	30	视频	语言学习
1315	最好朋友的婚礼电影解析（二） 一	5	22	视频	语言学习
1316	最好朋友的婚礼电影解析（三） 二	5	32	视频	语言学习
1317	最好朋友的婚礼电影解析（三） 三	5	32	视频	语言学习
1318	最好朋友的婚礼电影解析（三） 四	5	32	视频	语言学习
1319	最好朋友的婚礼电影解析（三） 一	5	16	视频	语言学习
1320	最好朋友的婚礼电影解析（四） 二	4	32	视频	语言学习
1321	最好朋友的婚礼电影解析（四） 一	5	40	视频	语言学习
1322	最好朋友的婚礼电影解析（一） 二	5	38	视频	语言学习
1323	最好朋友的婚礼电影解析（一） 三	5	32	视频	语言学习
1324	最好朋友的婚礼电影解析（一） 四	5	23	视频	语言学习
1325	最好朋友的婚礼电影解析（一） 一	5	28	视频	语言学习



## 实用技能

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源格式	资源分类
1326	最后的养蜂人	1	66	视频	畜牧养殖
1327	最新中文版 Photoshop CS5 教程	5	58	视频	信息技术
1328	老年人轻松理财（上篇）	1	120	网络课程	投资理财
1329	老年人轻松理财（下篇）	1	120	网络课程	投资理财
1330	随听随说社区英语	1	120	网络课程	语言学习
1331	随听随说社区韩语	1	120	网络课程	语言学习
1332	随听随说社区日语	1	120	网络课程	语言学习
1333	城市轨道交通实用英语	1	120	网络课程	语言学习



## 体育健身

序号	课程名称	资源数量	时长/分	资源分类
1	黄山传奇	42	378	休闲旅游
2	征服阿斯加德峰	1	66	休闲旅游
3	如何推动中国旅游产业的升级	4	116	休闲旅游
4	命运足球	1	56	球类运动
5	美国探险	13	338	休闲旅游
6	快乐的旅行 第一季	13	338	休闲旅游
7	快乐的旅行 第五季	13	338	休闲旅游
8	快乐的旅行 第四季	13	338	休闲旅游
9	快乐的旅行 第三季	13	338	休闲旅游
10	快乐的旅行 第二季	13	338	休闲旅游
11	冰山探险家	4	85	休闲旅游
12	巴西足球之路	30	750	球类运动
13	孕期瑜伽	5	31	拳操健身
14	羽毛球教学	5	70	球类运动
15	瑜伽的基本姿势	5	4	拳操健身
16	瘦身瑜伽	5	5	拳操健身
17	美容瑜伽	5	6	拳操健身
18	产后瑜伽	5	23	拳操健身







# 资源分类

资源数 ▼

12464



文化涵养

文学欣赏  
国学  
民俗文化  
乡土教育  
历史  
收藏鉴赏  
礼仪礼节

资源数 ▼

3399



艺术修养

乐器 | 书法篆刻  
声乐 | 工艺画  
戏剧 | 手工艺  
曲艺 | 建筑  
舞蹈 | 电影  
表演 | 摄影摄像  
绘画 | 艺术设计

资源数 ▼

9383



市民修身

思想教育  
法律教育  
科普教育  
环保教育  
安全教育  
家庭教育

资源数 ▼

15517



实践技能

信息技术 | 思维训练  
畜牧养殖 | 中西烹饪  
水产养殖 | 维修养护  
语言学习 | 就业创业  
投资理财 | 棋牌技艺  
农作物栽培

资源数 ▼

660



体育健身

拳操健身  
球类运动  
休闲体育  
休闲旅游

资源数 ▼

3396



健康教育

健康生活  
中医养生  
心理健康



# 更多资源



更多资源等你来看

赶紧扫扫吧



关注微博



关注微信

地址：上海市杨浦区国顺路288号

电话：021-25653284-1071

传真：021-25653488

网址：[www.isherc.com](http://www.isherc.com)