以作风之变破发展之题　以实干之为谱奋进新篇

□ 本刊编辑部

在全党开展深入贯彻中央八项规定精神学习教育，是以习近平同志为核心的党中央作出的重大决策部署，再次向全党宣示作风建设永远在路上，表明一锤接着一锤敲、一抓到底的坚定决心，这对于进一步巩固拓展主题教育成果和巩固深化党纪学习教育成果、纵深推进全面从严治党，对于密切党群干群关系、巩固党的执政基础，对于推进中国式现代化，都具有重大意义。

在“学”上下真功，筑牢思想政治根基。通过理论学习中心组、专题读书班、支部学习等集中学习与个人自学相结合，原原本本认真研读《习近平关于加强党的作风建设论述摘编》《习近平总书记关于党的建设的重要思想概论》等重要著作和中央八项规定及其实施细则精神，跟进学习习近平总书记关于改进作风建设的最新重要讲话和重要论述。在学习原著时，同党中央要求“对标”、对照习近平总书记指出的党组织及党员个人在作风建设方面存在的负面情形进行对照检查、反思，时刻拿党章党规“扫描”，用服务对象新期待“透视”，同先进典型“对照”，不断去杂质、除病毒，防污染，做好经常性地思想政治体检，务求切实做到深入领会中央八项规定及其实施细则精神的科学内涵和实践要求。

在“查”上动真格，抓准靶向施治突破口。立查立改、即知即改，是确保深入贯彻中央八项规定精神学习教育取得实效的重要一招。要紧盯老同志急难愁盼反映强烈的问题突出“立”与“即”的紧迫性，强化“查”与“知”的能动性，强化整改落实、刀刃向内的坚定性。聚焦“十一个有没有”“三个是否存在”深入查摆、全面检视，通过拓宽渠道全面查、专项工作重点查、运用反面典型对照查，深入查找思想认识不足、党性作风差距、能力素质短板等等。抓实建章立制，持续将学习教育成果转化为推动学校高质量发展的强大动力，转化为老年教育“课程表”的优化迭代、“教学点”的扩容提质、“服务链”的延伸增效。

在“改”上见真章，以硬作风扛牢老年教育职责。党的纪律是全体党员必须遵守的行为规则，既是“紧箍咒”，也是“护身符”，作为党员干部必须时时处处严格遵守，做到心有戒律、言有所戒、行有所止、行事有准绳。在新征程上，要更加自觉强党性正作风守纪律，推进作风再锤炼、能力再提升、行动再聚焦，以作风建设新成效激发干事创业新作为。要不断强化新时代老年教育工作战略定位，广西老年大学作为全区老年大学协会会长单位要主动肩负起推动全区老年大学高质量发展的重任，以高度的政治自觉、饱满的政治热情，积极做好全区老年大学发展长远规划，构建全区覆盖广泛、特色鲜明、质量优良的老年教育体系，让积极老龄观、健康老龄化理念融入老年大学发展全过程。可通过实施“银龄智库”工程、“康养融合”工程、“数字适老”工程等举措，不断汇聚银发人才，构建“教学＋健康”双核驱动体系，让更多优质教育资源惠及更多基层老年群体。

红 枫

第 60 期



主管单位：广西壮族自治区党委老干部局
编印单位：广西老年大学

名誉校长： 丁廷模
主　　编： 何天维
副 主 编： 周　芯　闭梦婧　王　学
编　　委： 王广擎　李德君　蒙志斌
梁　智　陈晓立　唐勋生
李军霖
编　　辑： 李　想　邱壹浠　邓如河
美　　编： 谭明彪
校　　对： 覃　俏
编　　务： 邓如河　万梅枝

地　　址：南宁市园湖南路 2-60 号
邮政编码：530022
电子邮箱：gxlndx2012@163.com
发送对象：各地市老年大学，校内各机构、部室
编印日期：2025 年 10 月
印　　数：1000 册
印　　刷：广西明园凤凰印务有限公司
厂　　址：南宁市青秀区民族大道 91 号
邮政编码：530022
电　　话：0771—5891330

目　录

卷首语

以作风之变破发展之题　以实干之为谱奋进新篇 …… (1)

校园动态

广西老年大学开展第三届“传承壮乡情 走进‘三月三’”主题活动暨民俗文化科普活动 …… 路珺茹 (4)

我校五大精品节目亮相广西卫视 " 三月三 " 嘉年华 ……

…… 魏振华 (7)

广西老年大学举办 2025 年宣传工作培训班 …… 邱壹浠 (9)

三“心”聚力展银龄风采　多维赋能扬宣传新声 …… 路珺茹 (11)

广西老年大学推出系列 AI 公益课程　助力老年人跨越 “数字鸿沟” …… (12)

2025 年春季学期丰富多彩的班级活动 …… (14)

特别关注

深化内涵建设带动全区老年大学高质量发展 …… 何天维 (19)

正能量活动

银龄学府绽新风 雷锋精神永流传——广西老年大学开展学雷锋主题活动 ……（20）

2025 春季学期系列志愿服务与党建活动撷要 ……（22）

志愿团队

银龄之光，亦有华彩——广西老年大学优秀志愿服务团队和优秀志愿者风采展示 ……邹优雅（25）

理论研讨

做好“共”字文章，推动老年大学建设 …… 罗湘香（34）

应对老年教育由“娱乐型”向“赋能型”转变新趋势 优化老年大学课程建设 …… 莫清慧（37）

学习园地

助力笔尖生花 “AI 写作角”伴您同行！—— 范文示例教您三步提升写作 …… 邓如河（45）

广西老年大学诗词学会会员作品选登 ……（48）

封面摄影 ……赖新华

封底摄影 ……赖新华

敬告作者：

凡投送本内部资料，编辑人员可根据内部资料需要进行修改、增减，若不允许的请在稿件上注明，因人员有限，对作者投送的稿件概不退回，请大家自留底稿。同时，稿件必须是本人创作成果，凡涉及抄袭侵权问题，后果由作者本人自负，本内部资料不负任何连带责任。

广西老年大学开展第三届“传承壮乡情 走进‘三月三’”主题活动暨民俗文化科普活动



阳春三月，欢歌汇海。为充分展现广西“壮族三月三”特有的桂风壮韵，传承和发展优秀传统文化，促进民族团结进步，凝聚发展动力，2025 年 3 月 25 日上午，广西老年大学在凤岭校区铜鼓广场举行第三届“传承壮乡情 走进‘三月三’”主题活动暨民俗文化科普活动。

本次活动由广西老年大学牵头发起，邀约自治区司法厅、市场监管局，中国民生银行南宁分行，广西民族博物馆、图书馆、产业技术研究院、非物质文化遗产保护发展协会、消费者权益保护委员会、耀象文化传播有限责任公司、国际壮医医院、医大开元琅东医院、凤翔社区等 22 个单位机构参与。活动以联展形式开展，共设置“民俗文化知识科普”“民俗文



参加活动领导嘉宾、演员合影





民俗文艺展演现场

艺展演”“乐享‘三月三’民俗体验”“‘爱广西 爱壮乡’主题山水画展”等4个内容版块。自治区党委老干部局文化建设处处长刘茂平、广西老年大学校长何天维、中国民生银行南宁分行副行长李雪磊等领导及近千名师生现场参与活动。“民俗文艺展演”在欢快的壮语歌曲《呗侬情深》中拉开序幕；伴随着优雅的步态、亲和的笑容，走秀节目《欢聚》以12个广西世居民族的服饰呈现出一幅文化交融的锦绣画卷；身着盛装的老同志以《壮乡欢歌》《苗染》《最美不过顶卡花》舞出了民族情怀和壮乡劳动人民的风采；《壮乡太极绣球》整齐划一的队列、柔中带刚的动作，让大家领略到了太极拳与壮族绣球文化的博大精深和独特魅力，展现了老同志昂扬向上的精神风貌；器乐演奏《大地飞歌》、合唱《美丽的广西》、歌曲《唱起了啰赶歌圩》演绎民族风情，充满热情和力量，营造出热烈的节日气氛。

“民俗文化知识科普”重在互动式体验，不仅有反诈知识、民族政策宣传，还有铜鼓拓印DIY、雕版印刷和数字阅读、数字人和大模型办公套件体验，壮医特色技法、健康义诊等体验项目吸引老同志纷纷驻足。长寿科技、智慧助老等互动项目丰富多彩，深受老同志欢迎。

“乐享三月三”民俗体验活动是现场最受追捧的“打卡点”。广西卤味、白切鸡、柠檬鸭、烤乳猪、五色糯米饭、糍粑、油茶、老友粉虫等地方特色美食色香味俱全，现场还免费提供凌云白毫茶、茉莉花茶、梧州六堡茶等壮乡特色茶饮品尝。每种美食的制作工艺都有精美的海报进行展示，不仅让现场观众尝到了令人回味的“家乡味道”，还学习了解了蕴藏其中的美食文化。

广西老年大学剪纸班、布艺班师生以“民族团结进步”为主题的剪纸非遗技艺和工艺品展示，以及非遗漆扇DIY活动、坭兴陶展示都深深吸引着人们。参加活动的广大师生在“沉浸式”体验民族传统文化魅力的同时，真正领略了壮乡的文化之美、民族之美、生活之美。

在书画展厅，“爱广西 爱壮乡”主题山水画展吸引了众多老同志的目光，本次展览共展出作品300余幅，其中，包括学校书画教师李汉民创作的百米长卷。这些作品有温度、有记忆、有情感、有生活，通过描绘壮乡的山水草木、房屋田园抒发了师生们对广西真挚醇厚的情感。

2023年12月，习近平总书记在视察广西时要求：“继续在民族团结进步上走在全国前













活动现场

列、发挥示范带动作用。”广西老年大学积极响应党中央号召和自治区党委、政府的部署要求，把铸牢中华民族共同体意识作为各项工作的主线，将民族团结精神与老年教育融合发展，开设了丰富多样的民族传统文化特色课程，打造校园文化品牌，组织开展优秀传统文化下基层活动，大力弘扬民族团结精神，不断凝聚民族团结共识，为铸牢中华民族共同体意识、促进广西民族团结进步示范区建设贡献老年大学的智慧和力量。

（撰稿：路珺茹　摄影：陈光文、李美兰、甘秀珍、莫小兰，邓如河、路珺茹）

我校五大精品节目亮相广西卫视"三月三"嘉年华



新时代合唱团演绎混声合唱《三姐的歌万人和》

3月23日，广西广播电视台影视频道"银龄花开三月三 共享幸福嘉年华"主题晚会在邕紧张录制。广西老年大学新时代合唱团、舞蹈团等五大艺术团队倾情献艺，以《三姐的歌万人和》《军民团结一家亲》等原创节目，为广大观众奉献了一场民族文化视听盛宴。

学校本次参演节目呈现三大亮点：在经典传承方面，新时代合唱团混声合唱《三姐的歌万人和》以国家级非遗"刘三姐歌谣"为蓝本，用多声部和声演绎广西山歌文化密码；2023舞蹈基础B1班复排的红色经典《军民团结一家亲》，通过锄锄舞步再现红色娘子军革命精神。在创新融合领域，京舞团原创节目《彩妆



民俗文艺展演现场

京韵》创新性地将京剧水袖与民族舞韵进行完美融合。该作品曾获全国老年大学文艺汇演金奖；森林舞团原创舞蹈《梳头谣》以灵动舞姿生动演绎"瑶族梳头礼"引领观众在欣赏中体



京舞团京舞《彩妆京韵》表演现场



森林舞团（2024 舞蹈提高 A3 班）的舞蹈《梳头谣》表演现场



2024 非洲鼓 B2 班非洲鼓《大地飞歌》表演现场

味红瑶文化的深厚底蕴。在跨界碰撞方面，2024 非洲鼓 B2 班以非洲鼓点重新诠释《大地飞歌》，让广西民歌节经典曲目绽放异域风情。

本次展演充分展现了我校"以文化养老、以艺术焕彩"的精神风貌。学员们用歌舞搭建民族文化交流桥梁，用才艺活化传统文化，生动诠释了"离岗不离党、退休不褪色"的银发担当。未来，学校将持续打造高水平老年文艺精品，为传承发展中华优秀传统文化贡献智慧力量。

（供稿：魏振华　吴菊梅）

广西老年大学举办 2025 年宣传工作培训班



培训班现场

为进一步提升学校宣传工作水平，广西老年大学于 5 月 27 日上午在凤岭校区礼堂举办 2025 年宣传工作培训班，全校干部职工，各班级、各活动团队代表 200 余人参训。

本次培训班以“能力提升”为主线，特邀从事新闻一线工作、多次获得国家和省级各类新闻奖的广西日报社高级记者谌贻照进行专题授课。谌老师结合自身丰富的一线记者工作经验，从新闻标题拟定、开篇导语、视频拍摄等多个方面，生动形象地传达了“无细节，不新闻”的道理，让大家深刻认识到优秀新闻的关键在于注重细节，大主题、小切口、微雕琢、讲故事，才是最好的宣传。谌老师幽默风趣的授课方式、丰富生动的案例让学员们在理论与实践的结合中，提升了理论知识，掌握了实战技能。





谌贻照老师讲课



信息宣传工作介绍与交流分享

广西老年大学校长何天维在培训班上对学校 2025 年宣传工作作部署。一是学深细悟习近平文化思想，弘扬社会主义先进文化，把握老年教育发展规律，提升精神文明质效；二是聚焦新时代老年群体新需要，助力价值彰显。要将宣传镜头聚焦到银龄课堂、精神文化生活和特色志愿服务品牌的典型引领上来，展现老有所学魅力风采，擦亮老有所乐特色品牌，弘扬老有所为价值彰显；三是建强宣传支撑力量，推动形成新成效。要持续加强宣传阵地建设，提升宣传效能。坚决扛牢政治责任，把好宣传意识形态责任关。不断提升宣传队伍能力素质，建设高水平的宣传队伍。

会上，学校信息技术部向参训人员介绍了学校信息宣传工作情况。魏振华、高明、路珺茹三位同志分别从不同角度分享了他们在新闻写作上的经验，深情阐述了从事新闻写作的心路历程和所感所获。

此次培训通过“专家赋能 + 内部动员”双重驱动，既为大家开拓了视野、提升了技能，更为学校宣传工作明确了方向、凝聚了共识。学校宣传队伍将以此次会议为重要契机，主动深入学校发展主战场、学员学习活动第一线，讲好学校的故事，讲好身边的故事，学习先进，树好典型，为巩固全国老年大学标准示范校创建成果，积极推进全国文明单位建设，推动广西老年大学高质量发展作出新的更大贡献！

（撰稿：邱壹浠　摄影：赖新华）

三“心”聚力展银龄风采 多维赋能扬宣传新声

□ 路珺茹

在积极应对人口老龄化国家战略的生动实践中，老年教育宣传工作既是展现银龄群体精神风貌的“窗口”，更是传递积极老龄化理念的“桥梁”。近年来，广西老年大学以赤子心、创新心、责任心为支点，探索宣传工作路径，让校园成为学员风采的“展示台”。

一、以“赤子心”锚定宣传初心，让每一个故事都有温度

老年大学的信息宣传，从来不是简单的新闻报道，而是映照银龄群体时代风采的 “广角镜”。广西老年大学的学员来自社会各行各业，经历丰富多彩，每一个人的故事都独一无二。老年教育宣传工作者应以赤子之心深入课堂、活动现场和学员生活，记录学员们身上的故事与闪光，向社会传递“莫道桑榆晚，为霞尚满天”的正能量。在即将结束的 2024—2025 学年下学期，共有 11208 人在广西老年大学就读，学员平均年龄 64 岁，他们中有的是行业骨干，有的是含饴弄孙的爷爷奶奶，还有的是退休后积极实现自我价值的长者。在舞蹈班级和团队，许多学员学有所成，刻苦排练，在不同的舞台上展现银龄风采。前段时间，2023 舞蹈基础 B1 班走进广西广播电视台，表演舞蹈节目《军民团结一家亲》，充分展现了“老有所学，老有所乐”的精神；民乐团走进养老服务中心，用优美的旋律和深情的表演，向老人们传递关爱与温暖。在书法班，学员们利用所学知识开展志愿服务活动，2018 书法活动 A2 班连续 6 年为广西医大仁爱养老服务中心书写赠送春联 3300 副，2021 书法活动 A 班学员走上街头，深入社区为群众写春联送“福”字，向社会传递正能量……这些故事就是学校宣传工作的“富矿”，进行充分挖掘后应用到宣传报道之中，能为报道增添一抹亮色。

二、以“创新心”拓展宣传维度，让每一次传播都有力量

2024 年 11 月，一段南昌市青山湖区老年大学的学员在课堂上唱歌的视频获 96 万赞，意外“破圈”。在福建，一则徐阿姨去老年大学上学的日常视频吸引了超过 25 万人的关注。一个叫“周大爷不服老”的账号以周大爷的视角，分享他上老年大学、健身、做手工的有趣日常，在网络平台上获赞 2.6 亿次……这些案例让人深刻认识到：玩转新媒体不是年轻人的专利。老年教育的宣传需要以“创新心”激发创作灵感，深耕内容创新、形式创新、手段创新，用新视角展现生活温度，让正能量产生大流量。

在传播渠道上，我校也在尝试“多管齐下”，

广西老年大学推出系列 AI 公益课程 助力老年人跨越 “数字鸿沟”

为帮助老年群体掌握前沿技术，跨越“数字鸿沟”，2025 年春季学期，我校推出 8 期 AI 公益课程，邀请 5 位教师授课，内容围绕人工智能在生活各场景的应用展开，为银龄群体开启了一扇通往智能生活的大门。

何小敏老师共主讲 3 期。其课程聚焦人工智能技术在摄影和摄像中的应用，涵盖从前期拍摄到后期编辑制作的各个环节。此前开展的 “AI 在手机摄影中的应用” 讲座，通过 “理论解析 + 场景实操” 模式，解析了自动测光、逆光补偿、智能修图等常用功能，千余名学员在现场尝试 AI 人像模式等功能，切身

在利用好现有平台的基础上，尝试创新宣传渠道：一是“传统阵地”，通过中国老年大学协会会刊《老年教育》、校刊《红枫》，以及驻邕媒体，将学校的重要活动、学员风采展现给大众。我校在“三月三”期间开展的民俗文化科普活动、重阳节时志愿者到南宁朝阳捐血屋为无偿献血市民送书画的活动、绘画志愿者走进南宁市社会福利院为特殊儿童所上的绘画公益课……这些活动都受到了媒体的关注，得到了社会公众的点赞。二是用好“指尖平台”，在各班进行期末展演、开展“学雷锋 树新风”活动时，我校会将班级的投稿编辑后发表在微信公众号上，展示和记录班级学习活动的成果。今后学校也将用好学员们在班级中学习的视频片段，和大家一起探索直播、线上相册、AI 工具的用法，快闪活动视频、VLOG 日记等形式，努力让老年教育的声音能在多元传播格局中找到共鸣点，让“老有所学”的理念传播给公众。

三、以“责任心”夯实宣传根基，让每一份付出都有回响

当前，信息宣传工作的要求越来越高，需要负责宣传工作的人员以高度的责任心对稿件进行修改打磨。当前，全党开展深入贯彻中央八项规定精神学习教育，我校工作人员也再次学习了《中央八项规定》《中央八项规定实施细则》中对改进新闻报道的要求，对照改进自己的工作，力求让稿件更贴近实际，更少冗余，没有错漏。老年大学班级多、学员多，失之毫厘差以千里，更需要对稿件进行细心核对。

站在新的起点上，广西老年大学将继续带着赤子心去发现、带着创新心去传播、带着责任心去坚守，立足“老字号”，展现“新作为”，努力做好信息宣传工作，为展现新时代银龄群体风采贡献智慧与力量。



何小敏老师讲授工人智能技术在手机摄影中的应用



讲座现场座无虚席

感受 AI 为摄影带来的便利。

莫传蓉老师的课程则围绕 “AI 基础概念与 DeepSeek 核心功能” 展开，包括 DeepSeek 的文字、图像、语音交互操作，以及结合 ChatGPT、DALL-E、剪映等工具完成综合任务，帮助学员夯实 AI 基础操作能力。

陈楠老师的 “AI 智能生活应用” 课程，先讲解人工智能发展历程的五级蜕变和 “我们如何与 AI 共生” 的人工智能思维，再以应用案例入手，指导学员使用“豆包”搭建孩子数学、语文和外语学习智能体，让 AI 成为孩子的 “私教”。陈楠老师还演示了 AI 工具的图片编辑、录音纪要、健康咨询等内容，分享 AI 实操有效沟通四步法，让学员们感受到科技为生活增添的便捷与乐趣。

许卉老师开启了 “解锁热门 AI 应用，畅享智慧生活” 的实用讲座。内容包括热门 AI 应用的安装与安全，以及利用 AI 写稿、生图、作诗、写歌、生视频，还有借助 AI 进行旅行规划、健康养生、解读体检报告等，通过 “与李白对话” 的生动演示，展示 AI 化身 “全能助手” 的多样功能，现场百余位学员体验到输入关键词生成专属诗词的乐趣。

陶智强老师则勾勒人工智能发展脉络，演示 Deepseek 文字处理、豆包智能生成图片等应用，让学员直观感受 AI 的便利。



第三期讲座现场

系列公益课程的开展，是学校在人工智能技术普惠教育领域的积极尝试。学校将持续关注老年群体需求，结合 “AI + 生活场景应用” 推出更多课程，助力银龄群体跨越 “数字鸿沟”，畅享智能新生活。

（统稿：邓如河）

2025 年春季学期丰富多彩的班级活动

2025 年春季学期，多个班级陆续开展形式多样的期末主题活动，内容涵盖汇报演出、成果展示、主题朗诵会、文艺汇演等，充分展示了老年学员们的学习成果、展现了积极向上的精神风貌，以及对红色基因的弘扬传承。

■ 红色主题活动：铭记历史 致敬初心

为纪念中国人民抗日战争暨世界反法西斯战争胜利 80 周年，5 月 22 日，12 个班级联合举办 “欢乐嘉年华” 文艺演出。16 个节目涵盖非洲鼓、桂剧、朗诵、小品等。非洲鼓《大地飞歌》点燃全场热情。原创小品《星火梧州》再现革命火种点燃历程，情景剧《乳娘》演绎大爱传奇，集体朗诵《纪念中国工农红军长征胜利 89 周年》颂扬伟大的长征精神。



6 月 16 日，2023 、2024 级朗诵班、电吹管班、声乐班在凤岭校区礼堂联合举办 “拥抱和平” 主题诗歌朗诵会。电吹管《保卫黄河》拉开了整场朗诵会序幕，朗诵会共分 “铭记历史” “拥抱和平” “走向复兴” 三个篇章，《松花江上抗联英雄》《我是卢沟桥》等情景朗诵重现抗战岁月，《永远飘扬的红头巾》从国际视角致敬反法西斯同盟，全场合唱《我的祖国》将气氛推向高潮。师生以艺术形式让历史记忆 “声” 入人心，筑牢铭记历史、珍惜和平的信念。该活动得到了广西电视台新闻频道的关注和报道。



6 月 26 日下午，2024 舞蹈基础 A3、B1 班，2023 舞蹈提高 A4、B1 班的学员齐聚一堂，举办 “舞韵芳华，乐享律动” 教学成果展演活动。整场演出的 19 个节目涵盖古典舞、



藏族舞、歌伴舞等多种形式。

6 月 30 日，广西老年大学桂林干休所教学点举办“不忘初心 银发生辉”迎“七一”汇演，百余名学员带来 13 个节目，舞蹈轻盈灵动、歌声饱含深情，歌伴舞《大海航行靠舵手》、小组合唱《祝你平安》等作品，诠释老党员“永远跟党走”的坚定信念，为中国共产党成立 104 周年献上诚挚祝福。



2023 声乐基础 B4 班献上期末展演暨庆祝中国共产党成立 104 周年歌咏会。学员们精心演绎了 17 个精彩节目，既展示了学员两年声乐学习的丰硕成果，更抒发了对生活的热爱和对党的深情厚谊。



■ 艺术成果展演：以艺为媒 绽放风采

5 月 9 日，“笔墨抒怀——高松师生书画作品展”与“2025 年绘画系志愿者作品展”在凤岭校区益欣楼三楼展厅同步开幕。校领导及南宁市美协领导出席开幕式并参观展览。

本次联展共展出 700 余幅作品，涵盖书法、写意花鸟、山水等题材。其中，“高松师生书画展”呈现师生作品 550 幅；“绘画系志愿者作品展”则精选绘画志愿分队 18 名成员的 155 幅画作展出。师生们传承创新的水墨佳作与志愿者们饱含公益情怀的作品交相辉映，生动展现了老年学员“老有所学、老有所乐、老有所为”的精神风貌。



在第六个国际茶日之际，茶文化毕业班举办毕业展演暨无我茶会，以“美美与共，桑榆飞霞”为内涵，五个班级近 200 名学员参与，设 102 席。国家一级茶艺师、评茶技师刘芳老师主持介绍“无我茶会”，践行“人人泡茶、奉茶、品茶”的平等理念。现场学员奉茶交流，古琴曲《半山听雨》更添雅韵，吸引众人驻足。此次活动，既展示了茶道所蕴含的修身养性之



生活美学，更凸显了学校不断创新，推动中华优秀传统文化与时代融合发展的办学理念，为“银龄学人”开启了新的生活境界。

6 月 11 日，2023 二胡提高 A 班在园湖校区举办班级同乐会。活动以二胡大合奏《喜洋洋》等三首欢快曲目开场，随后上演的独奏与小合奏各具特色：如《月夜》的静谧悠扬、《乌苏里船歌》的浓郁民族风情等。诗朗诵、芭蕾舞等才艺表演穿插其间，活动在大合唱《没有共产党就没有新中国》的激昂歌声中圆满落幕。



6 月 13 日，2024 级茶文化 B1、B2 班师生赴南宁市上林县万古茶园开展研学活动。活动中，刘芳老师带领学员品鉴了广西六堡茶、横县茉莉花茶、凌云白毫等本土名茶，以及西湖龙井、武夷岩茶等全国代表性茗品。学员们纷纷表示收获满满：通过亲手采茶、炒制并品尝自制的茶叶，深入了解了茶叶从种植、加工到品鉴的全过程，深刻感受到了中华茶文化的独特魅力。



6 月 16 日，由孙冉、杨晓晶、陈雪三位老师执教的舞蹈班级教学交流展演在凤岭校区举行。活动现场，身着各式精致舞服的 100 余位学员，伴着或悠扬婉转、或激昂明快的乐曲轮番登场。他们的舞姿极具张力 —— 灵动时如蝶翼轻颤、雀跃林间，每一个踮脚、摆臂都透着俏皮与鲜活；刚劲处似惊鸿踏浪、劲风穿云，旋转、托举的动作里满是力量与默契。舞台灯光随舞步明暗流转，音乐节奏与肢体律动无缝交融，不仅将老年人的活力与舞蹈的艺术魅力展现得淋漓尽致，更让在场观众沉浸式陷入这场视听狂欢，席间此起彼伏的掌声与喝彩，便是对这场演出最好的注解。



6 月 19 日，2023 朗诵表演研修 B 班、2024 朗诵表演研修 B 班、2023 笛子提高 B 班、2024 笛子 B 班、2022 葫芦丝基础 B 班等班级联合举办教学成果展演，100 余名学员参与活动。

葫芦丝联奏《婚誓》《美丽的漓江河》旋

律轻灵，笛子合奏《壮锦献给毛主席》《草原上升起不落的太阳》传递深情，情景朗诵《满江红》重现壮志豪情，展现扎实的专业功底与对传统文化的热爱。活动中学员们向任课老师献花致谢，在艺术交融中凝聚师生情谊。



6 月 25 日，2022 古琴 B 班举办毕业汇报演出。此次演出形式包括独奏、合奏、琴歌吟唱等，学员们以娴熟的琴技赢得现场阵阵掌声。演出中，学员们分享了习琴心得，授课教师蒋佳玲老师现场答疑并勉励大家携琴入世、以琴修心。 学员们纷纷表示，将继续努力习琴，为传承和发展古琴艺术、弘扬传统文化贡献力量。



6 月 27 日，2024 舞蹈基础 A1 班举行期末主题班会。活动通过分组交流、实践展示与专业点评的形式，全面回顾学习历程。各小组依次登台，分享学习舞蹈的心路历程，并展示精心编排的 “藏族基本动律组合” 与 “藏族舞蹈基本步伐组合”。授课教师韩波老师从动作规范性、节奏把握、情感表达及团队配合等方面进行点评，充分肯定学员们的显著进步，同时希望大家持续精进，永葆对舞蹈的热爱与探索勇气。



“接天莲叶无穷碧” 的盛夏，2024 插花 A 班、B 班举办毕业成果展。香槟玫瑰、洋甘菊等花材在学员巧手布置下，化作一件件造型



别致的艺术品。莫雪婷老师从花材养护到美学浸润的教学，让学员在创作中体会“以花传情、借花明志”的乐趣，为校园添上馥郁色彩。

2023 工笔（兼写意）研修 A 班绘画展上，90 余幅作品涵盖工笔、写意，梅兰竹菊清雅、果蔬鱼鸟灵动，尽显学员巧思。陈再崇老师以通俗教学让学员从零基础成长为创作能手，更有学员以画笔参与公益、讲述“好人好事”，10 余幅作品在省级活动中获奖，让艺术力量温暖人心。



2024 戏剧理论与实践 B 班在凤岭校区多功能厅举行期末同乐会。活动开场舞《卿卿日常》古意今情相映；表演唱《相遇》融入手语与越剧唱腔；粤剧选段《花田错会》展现传统戏曲魅力；集体朗诵《祖国到底是什么》抒发家国情怀。情景朗诵《乳娘》将活动推向高潮，在《老师谢谢你》《心会跟爱一起走》的深情演绎中圆满落幕。

2024 口琴提高 A1、A2 班的师生们共同举办同乐会。学员们表演《友谊地久天长》《送别》《歌唱祖国》等曲目，悠扬的琴声传递着同窗情谊与爱国情怀。活动中，学员代表向老师献花表达感谢。此次同乐会生动展现了他们在艺术熏陶中丰富精神世界、寻找晚年生活价值的积极状态。



广西老年大学诗词学会以诗墨庆贺六载芳华，共谱银发诗意新篇。庆典伊始，学会名誉会长常青深情回顾学会发展历程。六年来，学会以“弘扬传统文化，培育诗性人生”为宗旨，出版会刊《秋圃》七期，收录诗词近 6000 首、书画作品 54 幅，开展诗词讲座、采风创作、校际交流等活动百余场。会员作品屡获各类奖项，多篇佳作被《老年日报》等报刊采用，彰显老年学员“老有所学、老有所为”的风采。新任会长蒋科禄在致辞中提出未来规划：精办会刊、举办填词讲座、开展重阳诗会、吸纳新会员、深化校际联动。他以“诗能醉我何须酒，墨可香人不必花”抒怀，号召会员以笔为桨，续写诗词华章。

这些系列活动，不仅是广西老年大学教学成果的集中展示，更体现了老年学员们对生活的热爱、对艺术的追求以及传承优秀文化、红色基因的责任担当，彰显了老年教育“学乐为”的理念，为老年教育事业注入蓬勃生机，赋予积极意义。

（统稿：邓如河）

深化内涵建设带动全区老年大学高质量发展

□ 何天维

中国老年大学协会第六次会员代表大会提出“提升老年教育内涵”的战略任务，这是推进老年教育发展现代化的硬指标硬要求，对老年大学发展基础相对较弱的广西来说更是切中要害。广西现有各级各类老年大学 400 余所，在校学员近 15 万人，基本形成自治区、市、县（市、区）三级老年大学为主体的办学格局，但仍然存在学校发展不平衡、基础薄弱、办学质量不高等硬伤。因此，把加快内涵建设作为推进老年大学现代化发展的重要抓手，办好已有学校，形成发展“示范极”，带动全区老年大学高质量发展显得尤为关键和急迫。

狠抓示范引领，形成发展动力。一是持续抓好标准化创建。中国老年大学标准示范校启动评比以来，全区已有 5 所老年大学开展创建工作，其中广西老年大学和南宁市老年大学通过了评审，入选全国第一批老年大学标准示范校。要以此为带动，深化创建工作，以评促建、以评促改、以改促优，推动标准化创建从“点点星光”发展成“一片光芒”。二是抓好规范化建设。推动基础较薄弱的学校提质进档，加大规范化建设力度，针对性解决课程体系不健全、教学管理不规范、教师管理不严格、办学随意性大等问题。三是抓好辐射带动。继续以名校、名师建设为支撑，办好全区老年大学校长、教师培训班。通过开展老年教育理论研讨、调研等，聚焦教学改革、课题研究、资源共建共享等，辐射带动全区老年大学办学水平整体提升。

狠抓品牌建设，增强发展实力。一是建强党建工作品牌。充分发挥广西老干部党校培训主阵地优势，持续实施“千名书记万名党员培训工程”，不断推进“课堂讲授 + 现场教学 + 交流研讨”方式，进一步丰富课程设置，优化培训模式，办出特色，办出效果。二是擦亮文化活动品牌。立足广西民族特色和资源禀赋，依托现有活动载体，持续办好广西“多彩金秋”文化活动，优化“柳来河”三市老年书画摄影作品联展等区域性文化活动等，进一步推动文化活动品牌进阶提档。三是做优志愿服务品牌。发挥广西老年大学“微行动”“星火工程”、南宁市“金秋乐为”等品牌优势，在层次化、差异化、特色化上下功夫，聚焦党委、政府中心工作，进一步丰富载体、完善体系，提升服务，引导广大银发志愿者为新时代壮美广西建设献智出力。

狠抓协同联动，凝聚发展合力。一是用好发展联盟，强化抱团发展。发挥广西老年大学协会、广西老年大学协会高校委员会、广西老年教育联盟等老年教育组织作用，积极开展业务指导，强化战略合作，促进优质老年教育资源多方共建、普惠共享。二是共建两个平台，提升数字赋能。依托全区各级老年大学共建共享共用的广西离退休干部“金秋学苑”学习平台和全区老年大学“智慧校园”管理系统，持续丰富优化学习资源，提升管理服务智能化水平，将大数据、人工智能等新技术融入办学全过程，推动教育教学更加科学、高效发展。三是助力基层建设，丰富资源供给。总结广西老年大学、广西老年开放大学和柳州等市“家门口”老年大学建设经验，持续运用广西老年大学及玉林、钦州等市老年大学“送课下基层”活动的有效做法，进一步整合资源，推动办学资源和力量下沉，助推全区老年大学优质均衡发展。

（注：此文刊发于《老年教育》2025 年 3 月中旬号）

银发丹心学雷锋　翰墨艺韵传新风

——广西老年大学 2025 年“学雷锋 树新风”活动综述

2025 年 3 月，正值第 62 个“学雷锋纪念日”和第 5 个“广西志愿者日”之际，学校向全体学员发出“学雷锋 树新风”活动倡议，活动得到广大学员的迅速响应。各班级、志愿服务队积极行动，以书画寄情、文艺展演、公益服务等多种形式，深刻诠释雷锋精神，展现银龄风采，在校园内外掀起弘扬时代新风尚的热潮。

翰墨丹青，书写时代新风

笔墨传情成为本次活动的鲜明特色。3 月 26 日，学校组织 24 名书画志愿者积极参与区直机关“党旗领航 志愿同行”联展活动。在广西科技馆广场，志愿者们热情挥毫，为市民免费题写祝福、绘制画扇。一句句“身体健康”“学业进步”“金榜题名”承载着美好祝愿，小小的书画台化身温情“许愿池”，让雷锋精神在翰墨飘香中浸润人心。

在校内，“银发丹心学雷锋”主题创作同样如火如荼。书画研究会的学员志愿者创作“学习雷锋同志全心全意为人民服务”等箴言及寓意奉献精神的画作，并将作品捐赠社区、乡村，助力基层文化建设。2018 书法活动 A2 班、2023 书法提高 B2 班、 2016 书法活动班以主题书法创作、合唱经典歌曲等形式开展活动，传承及弘扬雷锋精神。

艺韵飞扬，传承奉献精神

雷锋精神同样在悠扬琴声与巧手创作中绽放光彩。2023 古琴基础 B1、B2 班在益智楼大厅举办别开生面的活动，不仅有古琴弹奏、





参加“党旗领航 志愿同行”2025 年学雷锋志愿服务联展活动





学员创作的学雷锋主题书法作品

诗朗诵、舞蹈、合唱等精彩节目，更设置了养生茶品饮、传统手工制香体验、宋代点茶表演及赠送古琴文创针线包等暖心服务项目，让学员在感受传统文化魅力中体味“以老助老”的美好风尚。

2023 剪纸基础 B1 班师生饱含深情合唱《学习雷锋好榜样》，并以“学雷锋”为主题创作剪纸作品。活动当日，学员们将精心剪制的作品赠送给参加校区应急救护培训的师生和志愿者，这份特别的礼物受到热烈欢迎和好评。2024 中外经典电影欣赏 B 班则通过“唱红歌、讲故事、对山歌、展才艺”传唱雷锋精神。该班学员还积极撰写活动通讯稿、提供照片，在服务校园中传唱雷锋精神。2023 舞蹈基础 A1 班以合唱形式传唱雷锋精神，该班学员日常积极参加学校志愿服务，以实际行动践行雷锋精神。



剪纸班开展学习雷锋活动月主题活动

银龄担当，汇聚志愿暖流

这些丰富多彩的活动，是广大学员积极响应“学雷锋 树新风”号召的生动缩影。学员们充分发挥自身所长，将学习成果转化为服务社会的实际行动。他们以笔墨为媒，以艺韵为桥，不仅弘扬了中华优秀传统文化，更让“奉献、友爱、互助、进步”的志愿服务精神在新时代熠熠生辉，充分展现了老年群体积极向上、服务社会的精神风貌，为“传承雷锋精神、弘扬时代新风”贡献银龄力量。

（统稿：邓如河）

2025 春季学期系列志愿服务与党建活动撷要

2025 年春季学期，广西老年大学围绕“依托校园、发挥专长、服务社会”理念，深化拓展党建引领下的志愿服务与文化传播工作。

■ “微行动”+ 党建志愿服务：多元子品牌传递温情与力量

“微行动”作为广西老年大学重点打造的党建志愿服务品牌，以多样化子品牌持续开展社会服务，用实际行动践行社会责任。

● **“健康中国我行动”：健康服务暖民心。**3 月 3 日雷锋纪念日前夕，学校组织干部职工、学员党员和志愿者到南宁大板三社区开展“健康中国我行动”义诊活动。在干部职工协助下，老年医疗义诊团队耐心为群众解答健康问题，提供治疗意见以及疾病预防、康复指导等专业建议。居民们感慨“银发专家”手法专业、有亲和力。



● **“挥洒余热敬老情”：共叙军民鱼水情。**在中国共产党成立 104 周年之际，学校组织民乐团走进广西荣军康复中心，开展 “挥洒余热敬老情” 慰问活动，以精彩纷呈的文艺演出向退役军人们致以崇高敬意和节日慰问。该活动已连续开展 8 年，始终弘扬“拥军优属、拥政爱民” 传统，营造 “军民团结一家亲”的浓厚氛围。



● **“我为广西发展赋能”：文化惠民，助力养老服务。**学校组织非遗彩调艺术团赴南宁市兴宁区三塘镇四塘敬老院，献上充满壮乡风情的演出。活动联合爱心企业捐赠生活物资，志愿者为老人提供按摩服务、打扫居室卫生，切实帮助困难老人解决生活难题。该活动已连续开展 3 年，架起了社会爱心资源与养老机构需求之间的桥梁，为提升广西养老服务水平贡献力量。

● **“银龄增辉 助力应急救护”：普及急救知识。**为落实习近平总书记给“银龄行动”老年志愿者代表的回信精神，应急救护志愿分队发挥优势特长，开展系列活动。4 月在园湖校区举办 “应急救护知识推广周”，围绕心肺复苏、外伤包扎等内容，对老年学员开展系统培训，强化了‘黄金四分钟’的关键作用。5 月走进南宁市邕宁区清泉小学，通过理论讲解与实操演练，教授心肺复苏、AED 使用等技能，手把手指导师生掌握急救要领。该活动



已连续开展 6 年，走进车站、学校、社区等多地，持续为平安建设注入银龄力量。

●“我为广西添风采”：关爱特殊群体。5 月 16 日，学校组织校京舞团志愿者赴南宁市社会福利院，为现场近 200 名孩子带来一场精彩绝伦的京剧表演。表演结束后，学校京舞团团长向福利院的孩子们深入浅出地介绍京剧的表演形式以及生、旦、净、末、丑等诸多行当不同的表演特点。节目《彩妆京韵》中扮演‘小仙女’、‘包公’、‘大靠将军’等角色的演员们邀请福利院的孩子们参与互动，手把手教授京剧基本功，孩子们近距离观赏并触摸京剧华丽的戏服和精致的头饰，现场笑声与掌声交织不断。南宁市社会福利院负责人表示：“这场活动不仅让孩子们感受到社会的关爱，更让孩子们在欢声笑语中近距离感受中华传统京剧艺术的独特魅力。”



■ “星火工程”：文化养老，以文艺之光点亮基层

“星火工程” 作为广西老年大学文化传播品牌，聚焦基层文化需求，以文艺演出丰富老年群体精神生活。

4 至 6 月，“星火工程”文化进基层活动多次走进养老机构。民乐团走进南宁市孝慈苑养老服务中心，融合器乐、声乐、舞蹈演出，传递关爱，弘扬传统文化。新时代合唱团等多支团队为前海人寿幸福之家广西康养社区四周年庆典献演 15 个节目，涵盖多种艺术形式，让长者感受文化滋养，增强其老年生活的幸福感。

6 月 25 日，“星火工程”文化进基层活动走进广西状羚乳业，此次活动以‘银龄心向党·星火耀基层’为主题，广西老年大学老干部合唱团、悦舞舞蹈队、彩调戏曲艺术团、舞之灵舞蹈队等 4 支文艺团队、70 余名老年文艺骨干倾情参与。通过文艺演出等形式，将红色文化与温暖关怀送入企业一线，展现新时代银龄群体“退休不褪色、余热映初心”的精神风貌。



■ “金秋有为” 志愿服务：传承文化，培育新人

6 月，书法志愿服务分队走进月湾路小学，开展“墨香润童心 书法伴成长”活动。从“为何学、学什么、怎么学” 引导孩子感受书法魅力；互动环节中，志愿者俯身纠正握笔姿势，指导运笔技巧，孩子们展示作品并获赠 “厚德载物” 等励志名言卡纸。活动推动中华优秀传统文化进校园，展现老年志愿者以“大手牵小手”方式关爱下一代的文化传承精神。

广西老年大学通过系列活动，将校园资源与社会需求紧密结合，以文化为纽带、以服务为桥梁，既丰富了老年群体的精神生活，也为青少年成长、社区服务、应急科普等领域注入银龄力量。这些实践不仅践行了 “老有所养、老有所乐、老有所为”理念，更以党建为引领，弘扬传统美德，凝聚社会共识，为构建和谐广西、推动老龄事业发展贡献了持续动能。

（统稿：邓如河）

银龄之光，亦有华彩

广西老年大学优秀志愿服务团队风采展示

2024 年 10 月，习近平总书记给“银龄行动”老年志愿者代表回信，对他们积极参加志愿服务活动，利用所学所长服务基层、服务群众，向社会传递正能量，展现新时代中国老年人精神风貌的行为给予充分肯定，希望广大老年朋友保持老骥伏枥、老当益壮的健康心态和进取精神，继续为推进中国式现代化贡献“银发力量”。近年来，广西老年大学立足新时代、展现新作为，以抓好志愿服务队伍建设和打造志愿活动品牌为抓手，充分引导广大老年志愿者发挥自身所长，积极助推新时代壮美广西建设取得良好成效，累计参与志愿活动人数已突破 3 万人次，开展各类正能量活动百余场，带动学员参与逾 5 万人次，累计惠及学员、群众超过 30 万人次。2024 年 12 月，学校评选“广西老年大学金秋有为应急救护志愿服务分队”等 8 支志愿服务分队为“广西老年大学优秀志愿服务团队”；评选“贺晓静、经克、王坚东、宋兵、周桂东、任元平”等 110 名志愿者为“广西老年大学优秀志愿者”。希望各班级（团队）和广大师生、老同志和干部职工以先进为榜样，锐意进取，奋发有为，不断推动学校工作取得新突破，为建设新时代壮美广西贡献智慧和力量。

（一）广西老年大学金秋有为应急救护志愿服务分队

服务口号： 爱心相伴，银龄增辉，助力应急救护

广西老年大学金秋有为应急救护志愿者服务分队成立于 2019 年 6 月，是全国首支老年人应急救护志愿者队伍，现有队员 121 人，平均年龄 64 岁。该队在校内的主要工作：一是提升队员应急救护能力，营造全校学习急救知识氛围。该队与自治区红十字会联合举办 12 期培训班和复训班，共有 320 人获得广西红十字救护员证，20 人获得中国红十字会救护师资证书。该队在广西老年大学和广西老干部党校柳州分校共举办 17 期应急救护知识讲座，3 期“应急救护知识推广周”活动。二是促成 AED 安装，为学校大型活动保驾护航。2022 年，广西老年大学领先于全区各校，在园湖、凤岭两个校区及广西老干部党校柳州分校安装心脏除颤仪（AED），并多次在现场教学中使用。此外，该队注重理论与实践结合，为广西“多彩金秋”文化活动、校园文化艺术节等大型活动提供应急救保障服务，参与 8 起院前急救。在“银发增辉，奉献健康中国”的社会活动中，该分队着重打造“五进”（进学校、进机关、

进企业、进社区、进农村）品牌。积极参与自治区红十字会志愿者活动 8 次，先后走进南宁东站、南宁火车站、凌云县加尤镇、柳州市老年大学、邕宁中学、百花岭社区、吉祥小学、广西职业技术学院等 21 地。通过现场授课、互动体验和实地训练等形式，让应急救护知识深入人心。例如，2020 年 11 月 12 日，该分队在广西职业技术学院开展“微行动”——“银龄增辉 助力应急救护”活动，吸引了现场千余名师生、线上一万多名师生同时观看。近 6 年来，该队累计开展宣讲等活动超 80 场，受众人数达 5 万余人。该分队荣获 2020 年广西志愿服务项目大赛优秀奖、自治区红十字会应急救护志愿者优秀团队等荣誉。2021 年 12 月，应急救护志愿服务分队被授予广西老年大学“先进集体”称号。



2019 年 5 月参加自治区红十字会举办的世界红十字日主题纪念活动



2020 年 11 月到广西职业技术学院开展“微行动”——“银龄增辉助力应急救护”活动



2021 年 6 月到南宁东站开展“微行动”——“银龄增辉助力应急救护”活动



应急救护志愿服务分队合影



2022 年 6 月在柳州市老年大学开展微行动——“银龄增辉助力应急救护”



2023 年 11 月在南宁市邕宁区清泉中学开展应急救护知识讲座进校园“星火工程”活动

（二）广西老年大学金秋有为书法志愿服务分队

服务口号：志愿献爱心，挥毫传国粹

广西老年大学金秋有为书法志愿服务分队成立于 2018 年 9 月，现有队员 37 人，平均年龄 65.2 岁，中共党员 27 人，占比 73%。该队秉承“奉献、友爱、互助、进步”的志愿精神，牢记习近平总书记对老年朋友的期许，将所学知识回馈社会，贡献“银发力量”。一是服务社会，传递温暖。6 年来，该队深入福利院、社区、学校、农村等地开展书法公益服务，累计捐赠书法作品 250 幅，书写春联 12731 幅。坚持 6 年为广西医大仁爱养老服务中心的长者开设书法班，累计授课 236 次、共计 472 课时。并在该院成功举办两期书法作品展。二是拓展服务，传递爱心。近 3 年，该队不断拓展服务对象，将温暖传递进军营和退役军人群体。他们走进青秀区武装部书写春联，向青秀区退役军人捐赠春联 300 幅、“福”字 300 个。配合学校慰问广西退役军人康复中心，捐赠书法作品 8 幅，书写春联 320 幅，“福”字 300 个。三是助力“关心下一代”工作。参与月湾路小学“六一”书法互动活动和“新生开笔礼”，捐赠书法作品 88 幅；为银杉社区小学生开办书法启蒙班；受自治区纪委监委机关关心下一代工作委员会邀请，为小学生讲解中国传统文化和书法艺术，让传统文化在孩子心中生根发芽。2021 年 12 月，书法志愿服务分队被授予广西老年大学“先进集体”称号。



书法志愿服务分队合影



2023 年 6 月在广西医大仁爱养老服务中心开展“弘扬雷锋精神 敬老助老我行动”书法讲座



2024 年 2 月在青秀区人民武装部开展新春送福进军营“星火工程”活动



2024 年 2 月在荣和千千树校区开展送春联送祝福“星火工程”活动



2024 年 6 月在月湾路小学开展“墨韵华章 助力成长——星火工程”活动



2024 年 7 月在广西医大仁爱养老服务中心举办“丹青映晚霞 翰墨颂党恩”书法作品展

（三）广西老年大学金秋有为辅导员志愿服务分队

服务口号：弘扬志愿精神，助力新班建设

广西老年大学金秋有为辅导员志愿服务分队成立于 2018 年 8 月，现有队员 62 人，其中中共党员占比 93%。他们既是学委会委员、各团队和班级的负责人，也是其他志愿服务队的中坚力量，队员们活跃在学校各个角落，用爱与责任书写着对学校的深厚情感，展现出新时代老年人的风采。全体队员遵纪守法、乐于奉献，队委团结和谐、锐意进取。分队坚持在开学前做好预先准备、上岗前培训，并持续优化服务流程。在学员管理部的指导下，2018 年起，持续开展新生入学教育活动（2020 年因疫情未开展），累计服务班级近千个，以实际行动助力新生融入校园生活。队员们精心准备每一堂新生入学“第一课”，以耐心和热情迎接每一位新学员，并协助新班组建班委及临时党支部。2019 年和 2021 年，分队还参与了舞蹈和形象美学专业新班的入学面试工作。2023 年，分队起草并试行《辅导员志愿服务规范》，明确了服务要求和操作流程，2024 年进一步对该规范进行修订，提出了更高的服务标准，以专业和热忱助力学校班级管理水平的提升。2021 年 12 月，辅导员志愿服务分队被授予广西老年大学“先进集体”称号，24 名辅导员志愿者分别荣获“优秀学员”、“优秀班干”和“优秀团队骨干”称号。



辅导员志愿服务分队合影



开展新生入学教育







助力新学期开学

（四）广西老年大学金秋有为综合志愿服务分队

服务口号：能帮就帮，服务校园

广西老年大学金秋有为综合志愿服务分队成立于 2019 年 6 月，现有队员 135 人。该队始终秉持“能帮就帮”理念，践行志愿服务精神，积极投身校内外志愿服务，累计参与活动 42 场，参与活动人数达 754 人次，义务服务时长累计 3830 小时。该队连续多届参与广西“多彩金秋”文化活动的书画摄影作品展布展、值班及撤展工作，为学校各类活动提供全方位保障服务，包括欢乐大课堂、校园文化艺术节、“魅力团队”文艺展演、“传承壮乡情 走进三月三”主题活动、各系毕业展演、招生考试、新生入学咨询、开学典礼等活动。他们还协助“致敬中国力量、献礼建党百年”全国老年大学书画摄影展、区直机关离退休干部迎春联欢游园活动、广西“跨越数字鸿沟银龄科普专项行动”启动仪式、“庆祝建党百年”诗词吟诵会、“我看脱贫攻坚新成就”主题摄影展等活动的顺利开展。此外，分队为农村小学捐赠图书并进行登记整理打包，帮助学校帮扶点销售沙糖桔，积极参与朝阳捐血屋送画送祝福捐款活动等，将爱心传递到社会各个角落。2021 年 12 月，该分队被授予广西老年大学“先进集体”称号。



2023 年 12 月参加“微行动”——“银发助力 我为广西添风采”活动



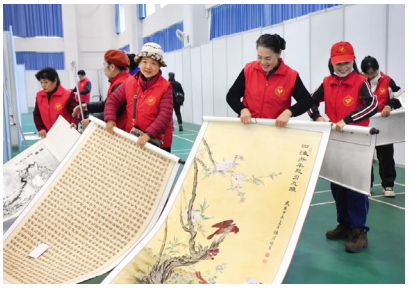
2024 年 6 月参与保障服务毕业成果展演



2024 年 12 月参与保障服务第六届“欢乐大课堂”活动



综合志愿服务分队合影



2024 年 12 月参与广西“多彩金秋”文化活动的书画摄影作品展撤展

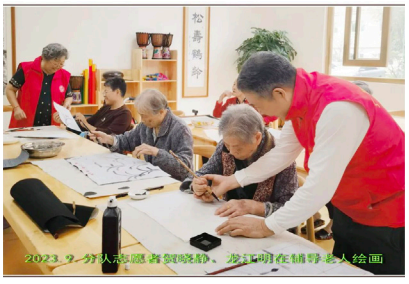
（五）广西老年大学金秋有为绘画志愿服务分队

服务口号：用真心绘制多彩夕阳

广西老年大学金秋有为绘画志愿服务分队于 2019 年 5 月成立，现有队员 14 名。一直以来，该队专注于帮扶弱势群体，尤其关注老人与残疾儿童，借助绘画教学为他们的生活增添色彩与希望，用心守护“夕阳”与“朝阳”。自 2018 年 9 月起，该队的志愿者便在广西医大仁爱养老服务中心开展长期绘画教学服务（2020 年因疫情暂停一年）。每周四按时开课，累计授课时长达 200 小时。在志愿者耐心指导下，参与绘画学习的老人从最初的 5 人增加到 18 人，绘画水平也大幅提升。该队于 2023 年 12 月和 2024 年 9 月举办两场老人绘画艺术展，充分展现老年群体的绘画成果和积极向上的精神风貌。2024 年 9 月，该队将爱心拓展至南宁市社会福利院，启动“快乐绘画”项目，为 15 名热爱绘画的特殊儿童提供长期教学辅导，助力孩子们用画笔勾勒梦想。该队始终用实际行动践行奉献精神，以艺术为桥梁传递爱与希望，让每一笔绘画都化作温暖力量。2021 年 12 月，绘画志愿服务分队被授予广西老年大学“先进集体”称号。



绘画志愿服务分队合影





2023 年 9 月 –10 月在广西医大仁爱养老服务中心辅导老人绘画



2024 年 9 月广西医大仁爱养老服务中心向分队赠送锦旗



2024 年 9 月在广西医大仁爱养老服务中心举办“迎国庆”老人绘画展



2024 年 11 月在南宁市社会福利院辅导特殊儿童绘画

（六）广西老年大学金秋有为摄影志愿服务分队

服务口号：爱心聚焦校园，镜头记录校历

广西老年大学金秋有为摄影志愿服务分队成立于 2018 年 5 月，是学校成立的首支志愿服务队伍，现有队员 68 人。多年来，该分队始终秉持“奉献、友爱、互助、进步”的志愿精神，为学校各类活动提供专业摄影服务，涵盖“微行动”“星火工程”“传承壮乡情 走进三月三”主题活动、开学典礼、班级毕业展演以及老年人科学素质提升培训等重要项目。在服务过程中，志愿者们不仅在活动现场拍摄了大量高质量的照片和录像资料，还利用个人业余时间进行后期制作，确保影像资料的专业水准，生动记录学校“银发力量”服务社会的风采。这些影像资料广泛应用于学校宣传及相关部门工作，超 1200 张相片被用于学校微信公众号刊发的 100 余篇新闻稿件，为学校的对外宣传和文化建设发挥了重要作用。2021 年 12 月，摄影志愿服务分队被授予广西老年大学“先进集体”称号。



2021 年 10 月在崇左市扶绥县山圩镇开展“微行动”——“乡村文化振兴”活动，摄影志愿者拍摄合影



2022 年 1 月在崇左市扶绥县山圩镇开展“迎春送福”志愿服务活动，摄影志愿者拍摄书法志愿者现场书写春联



2022 年 3 月在广西医大仁爱养老服务中心提供拍摄、录像等志愿服务



2022 年 7 月在广西退役军人康复中心拍摄参加老兵讲故事大赛的摄影志愿者



2022 年 11 月在宾阳县古辣社区开展“微行动”——“乡村文化振兴”活动



摄影志愿服务分队合影

（七）广西老年大学金秋有为通讯员志愿服务分队

服务口号：不忘初心，用心采蜜，酿造芬芳新华章

广西老年大学金秋有为通讯员志愿服务分队成立于 2019 年 5 月，现有队员 17 人。2021 年建党百年之际，分队全员参与撰稿和编辑《我和广西老年大学》一书。该书的成功编印充分展现了分队的专业能力和团结协作精神。在学校宣传方面，分队成果丰硕。多年来，志愿者在学校微信公众号发表文章 100 余篇，在校刊《红枫》发表作品数十篇；在校外，数十篇关于广西老年大学的报道发表于《学习强国》《老年日报》《今日头条》《金融作协》《广西日报》《广西云》《南国早报》《老年知音》“广西老干部”公众号等媒体；撰写的 2 篇论文分别获中国老年大学协会组织的论文征集活动二、三等奖。2021 年 12 月，通讯员志愿服务分队被授予广西老年大学“先进集体”称号，队员魏振华于 2022 年被中国作协授予“深入生活，扎根人民”先进个人称号，其他多名队员被原工作单位或上级党组织评为“优秀共产党员”和“先进工作者”。



通讯员志愿服务分队合影



2024 年 12 月参加学校国际志愿者日活动

（八）广西老年大学金秋有为礼仪志愿服务分队

服务口号：文明你我，美仪风范

广西老年大学金秋有为礼仪志愿服务分队成立于 2019 年 1 月，现有队员 26 人。分队秉持专业精神与热忱服务，为学校各类大型活动提供接待和礼仪引导等志愿服务。她们活跃于“致敬中国力量、献礼建党百年”全国老年大学书画摄影展、自治区直属机关离退休干部迎春联欢活动、广西“多彩金秋”文化活动、形象美学专业新生面试、开学典礼等重要场合，用优雅气质、端庄仪表和耐心细致的服务，为活动增光添彩，成为一道亮丽的风景线。队员们在服务中一丝不苟、全程投入，展现出良好的精神风貌和专业素养，不仅为活动顺利进行提供有力保障，更以实际行动诠释了奉献精神，赢得师生和社会各界的广泛赞誉。2021 年 12 月，礼仪志愿服务分队被授予广西老年大学“先进集体”称号。



2021 年 7 月参与保障服务“致敬中国力量、献礼建党百年”全国老年大学书画摄影展



2023 年 7 月参与保障服务形象美学专业新生考试



2023 年 9 月参与保障服务开学典礼活动



2023 年 12 月参加“微行动”——“银发助力 我为广西添风采”活动



2024 年 9 月参与保障服务开学典礼活动

特别说明：为了更好地整合志愿服务队伍力量，根据工作需要，学校决定从 2025 年 5 月起，对金秋有为志愿服务队进行调整，金秋有为礼仪志愿服务分队合并至综合志愿服务分队。

做好“共”字文章，推动老年大学建设

□ 贺州市老年大学　罗湘香

贺州市老年大学坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，认真贯彻落实国家《“十四五”国家老龄事业发展和养老服务体系规划》和自治区《广西加强新时代老龄工作实施方案》《关于进一步加强老年大学建设的意见》等文件精神，以加强离退休干部思想政治工作、丰富离退休干部精神文化生活为主要任务，不断提升办学水平，促进我市老年教育事业新发展。

一、贺州市老年大学建设基本情况

贺州市全市共有 7 所老年大学，乡镇和街道社区的教学点 5 个，总建筑面积约 11478 平方米，学员共计 2147 人，教师 85 名。其中，贺州市本级老年大学教学场地面积约 5000 平方米，共有学员 1450 人左右，现有兼职教师 42 名。全市各级老年大学认真贯彻落实自治区党委组织部、自治区党委老干部局《关于进一步加强老年大学建设的意见》，以全心全意服务老同志为宗旨，扎实抓好离退休干部学员思想政治工作、丰富离退休干部学员精神文化生活，不断完善老年大学场所和设施的建设与管理，持续加强老年大学的规范化和信息化建设，积极组织和引导好老同志开展各项“学、乐、为”的活动，把离退休干部学员的优势作用转化为为党的事业增添正能量。

二、贺州市老年大学建设存在的问题

2023 年以来，贺州市、各县区老年大学作为发展老年教育和贺州市社会经济文化建设重要组成部分，取得了长足的进步，但也存在亟待解决的困难和问题。

（一）政策机制不健全

一是机制体制未明确。贺州市老年大学 2022 年 11 月核准为市委老干部局内设的事业单位，编制 3 个；但各县区老年大学仍是没有明确机构性质、没有编制、没有专职人员的“三无”机构；二是师资严重不足。因报酬低，优秀专业教师难以聘请，授课教师主要是退休干部、行业协会和社团成员，缺乏系统培训，教师职业素质和教学水平参差不齐；三是教学无统一标准。没有教学大纲、课程标准，没有统一教材，课程内容由任课教师自己决定，教学质量和办学稳定性、延续性难以保障。

（二）全市老年大学基础设施建设总体滞后

一是场地陈旧，设施简陋。如市老年大学梧州分校和县（区）老年大学场所多建于 20 世纪 80 年代，设施简陋，教学场所不足，限制了一些专业开设。二是阵地单一。老干部活动中心、老年大学、老干部党校三个教学平台共用一个场地，一般县（区）只有一处，很多社区、街道和乡镇均无老干部活动室，无法满

足老干部日益增长的学习活动需求。

（三）教学经费投入不足

因各地老年大学学员收费无统一标准，只是象征性地收取低廉学费，往往只能维持聘请教师的课酬。市老年大学 2023 年上交的学费并未返还，导致一些课程无法开设。各县区老年大学缺教学经费更为突出。

三、推动老年大学建设的“共”字三举措

针对贺州市老年大学建设中存在的问题，贺州市委老干部局高度重视，并成立了老年大学调研组，2023 年以来就进一步加强老年大学的建设工作开展了积极的调研与实践探索，坚持做好“共”字文章，着力提升老年大学“硬实力”和“软环境”，跑出老年大学发展“加速度”。

（一）融合共建，提升老年大学“硬实力”

一是统筹整合资金。在项目建设方面，针对老年大学建设资金紧缺问题，请求市委市政府统筹协调与老同志密切相关的项目，整合市退役军人事务局军休大学、民政局长者食堂、法院老法官工作室等项目建设资金 7000 多万元，推进市老年大学融合共建。在教学活动设施上，整合资金近 300 万元，共建康养室、健身室、适老产品体验室、军事体验馆、红色影院等功能室，满足了老同志对文体活动的需求。在校园环境绿化上，市老年大学获得市林业局、城市管理局 30 多万的城市绿化项目支持，美化校园环境，建成园林式单位。

二是联合拓展场地。深化“家门口”老年大学建设，探索创新教育模式和方法，依托城区学校的场地资源，合理选点布局。与市开放大学、广西梧州农业学校签订合作协议，分别开办“城西分校”“城中分校”，共同开发适合老年人的课程，打造 15 分钟“学习圈”。利用机构改革契机，联合市后勤服务管理中心，将原驻梧管理处办公场所改造为教学场地，推动市老年大学梧州分校场地资源共建，满足驻梧退休干部多样化的文化和学习需求。

三是聚力完善设施。在教学设施上，以国产电脑替代工程为契机，积极协调市信创办，将 100 台近三年购买的非国产电脑赠予老年大学作为教学电脑，帮助老同志跨越“数字鸿沟”。在活动设施上，协调市体育局赠予一批体育器材，缓解老同志文体活动设施老旧问题。在医疗保障上，协调市红十字会赠予一批急救设备，为老年大学学员和教职工提供安全保障。

（二）资源共享，提升老年大学“软环境”

一是共享教师资源优化“第一课堂”专业课。根据《贺州市贯彻落实〈自治区党委组织部 自治区党委老干部局关于进一步加强老年大学建设的意见〉的分工方案》精神，市、县（区）教育、党校、文旅、文联等部门积极推荐相应的教师或相关人才到老年大学任教，进一步拓宽教师物色和选聘渠道，组建高水平教师队伍。近一年来，市老年大学新增小提琴、现代舞、非洲鼓、旅游英语、茶艺等一批课程，不断优化第一课堂，有效满足老年人多样化、多层次学习需求。

二是共享红色资源上好“第二课堂”思政课。深入贯彻落实习近平总书记关于“思政课是落实立德树人根本任务的关键课程”重要批示精神，建立课内课外相结合的常态化思政教育体系，让学员学有所思，思有所悟，悟有所行。充分利用中共广西省工委旧址、莲塘黄士韬故居、古城起义旧址等本地红色教育资源，开展爱国主义现场教学活动，让老同志在家门口接受红色洗礼。通过 VR“沉浸式体验课”，在网上参观嘉兴红船等红色展馆，让老同志在家门口就能够享受全国各地的红色教育资源。

三是共享院校资源拓展“第三课堂”实训课。突出教学质量提升，传授“适老”教学内容，拓展“便老”教学方式。在课程开发与合作教学、师资共享与培训、学习资源共建共享、活动组织与交流等方面与高校、职业院校合作，共享精品课程。如，利用市职业教育发展中心的场所和师资联合开设烹饪、育婴等老年大学实训新课程，不仅丰富老年人的精神文化生活，也为他们提供学习新技能、拓展兴趣爱好的平台。

四是共享文旅资源开发“第四课堂”研学课。通过与文旅部门精心谋划，探索学、游、养融合的老年教育新模式。围绕打造文旅康养产业品牌，利用好贺州康养城市的优势，开发具有贺州特色的老年人研学课程，推介康养、传统文化以及梦里田园三类精品研学线路，将瑶族的蝴蝶歌、瑶绣、长鼓舞等非遗文化纳入研学内容，共同推动老年人“互游互学”。目前，共组织老年大学 300 多名学员开展研学 6 期，得到老同志们的高度认可。

（三）合作共赢，跑出老年大学“加速度”

一是社会影响力不断提升。通过共建共享方式，加强了市老年大学基础设施建设，扩大市老年大学、军休大学的有效供给。市老年大学专业、班级、人数翻番的增长，由 2021 年的 8 个专业 14 个班 426 人次，到 2024 年秋季学期，增加到 34 个专业 62 个班级 1475 人次。老同志们在这里实现“老有所学、老有所乐、老有所教、老有所为”，积极参加志愿活动，助力贺州高质量发展。2023 年，市老年大学被市教育局、团市委授予关心下一代综合实践教育基地，被市民政局评为“五社联动 合力关爱”志愿服务项目优秀帮扶单位。

二是学校示范作用凸显。在市老年大学的影响带动下，各县（区）老年大学积极加强与单位、院校合作，有效破解了资金不足、场地不够、师资不强的难题，推动市县（区）老年大学齐头并进。如，富川瑶族自治县和昭平县与本县职业中学开展合作，开设茶艺、手工制作等课程，为老同志搭建更多的学习平台。

三是合作单位获得共赢。通过资源整合，军休大学、长者食堂等合作单位解决了场地问题，逐步完善了养老服务体系，不断满足了老年人日益增长的多样化养老服务需求。通过资源共享，在老年大学兼任教师的履历，为高职院校、企事业单位相关人员的职称评定上增添一笔色彩；在老年大学见习的经历，提高了在校大学生的社会实践能力和就业能力。

（注：本文获 2024 年第五届全区老年大学理论研讨征文一等奖）

应对老年教育由“娱乐型”向“赋能型”转变新趋势 优化老年大学课程建设

□ 广西老年大学 莫清慧

老年大学作为老年教育的平台载体，经过近 40 年的快速发展，取得了历史性成就。但随着人口老龄化的加速发展，老年教育发展不平衡、不充分的矛盾更加突出，大中城市老年大学普遍“一座难求”，传统的以休闲养生、医疗护理、琴棋书画等为主要内容的老年教育已经难以满足新时代老年人更高层次的精神需求和自我价值实现的需求，老年教育正逐步从休闲娱乐走向增智赋能，教学重点从偏重“求快乐”，转向引导老年人发挥潜能、服务社会。课程作为老年教育供给中不可或缺的内容，担负着提升老年教育质量的重要责任，老年大学要紧跟新时代新要求，加速构建更加科学、规范、全面、灵活的课程体系，推动老年教育由“娱乐型”向“赋能型”转变，实现积极适老、健康休闲、赋能开发等多种教育功能。

一、老年教育由“娱乐型”向“赋能型”发展的逻辑转向

（一）老年教育学习主体的转变指向学习需求的多元构建

在深度老龄化趋于新常态的大背景下，我国当前正迎来史上最大“退休潮”，60 后群体正以平均每年 2000 万人的速度退休，开启人生后半场。不同于 70 岁以上的“传统老人”，这些正步入低龄老龄阶段的“新老人”身体健康水平较高，受教育程度较高，收入和消费水平也较前代大幅提升，思想观念更加开放，知识视野更加开阔。“养”不再是许多老年人生活的主要矛盾，他们还追求文化娱乐、精神满足和自我实现等多层次需求，以提高生活和生命质量、维护尊严和权利为出发点和落脚点的老年学习越来越受到重视。与传统老年群体对休闲娱乐、养生保健等“兴趣爱好型”的学习需求相比，“新银发潮”下的老年群体对服务家庭、增强社会交往、实现人生价值的需求正逐渐成为焦点。同时从老年群体的细分来看，部分文化程度较低、中低收入的老年人对于“圆大学梦”等补偿性学历需求日趋强烈；受教育水平较高、中高收入的老年人则在发展性学习需求上更为显著；出于家庭及自身发展需要，对隔代教育、高龄老人照护、职业技能培训等学习需求也有所涌现，随迁老人、高龄老人、空巢老人、农村老人等特殊群体的学习需求差异性更加凸显。整体来看，呈现出多元化、个性化、高质量化的特征。

（二）老年教育学习理念的更新指向能力建设的维度拓展

新时代下，以积极老龄观、健康老龄化等理念为基础的老龄化理论新范式，强调以“健康”“保障”“参与”三大支柱为基础，提高老年人的生活质量和生命质量。在这一理念的驱动下，老年群体主动学习的意识和能力在提

高，学习导向也从过往的侧重“老有所学”“老有所乐”深化发展到“老有所用”“老有所为”，这也催动着新时代下老年学员的能力维度向着立体化方向拓展，既涵盖传统的健康养生、休闲娱乐方面，又在财务管理、自我保护、家庭关系、信息技术、职业技能、生活技能、文化知识、心理健康等方面提出了新的要求，在社交和娱乐属性之余，通过老年教育进一步的“赋能充电”，助力拓宽老年人社会参与路径、提升其服务国家战略和区域发展的能力，使老年群体成为适应、支撑经济社会发展，促进共同富裕的重要力量之一。

（三）老年教育办学要求的提升指向资源要素的潜能释放

从第一所老年大学成立以来，我国老年教育历经四十余年的发展，办学水平普遍有了显著提升。当前各种丰富多元的教育资源纷至沓来，涌入老年教育，涉及人力、机构、信息、管理等，尤其伴随着移动互联网的兴起，“新老年人”对于短视频、直播、云课堂等线上渠道的触达率极大提升，同时社会力量的参与进一步促进了医养教一体化的推进和游学养模式的兴起，老年人学习形态有了更多可能。老年教育“教－学－管”各环节正逐步告别传统相对粗放平易化、侧重福利型“娱乐休闲”的办学导向，不断探索突破功能局限，向精细化、标准化、特色化、数字化、协同化等方向进发。在这一新办学业态下，综合协调各方力量，充分释放各类资源要素的潜力则势在必行。一方面，要积极谋求强化数字赋能、健康赋能、文化赋能的深度及广度，加大对数字资源、健康医疗资源、文化旅游资源等要素的开发及利用，积极构建老年教育融合生态，帮助老年人获取知识、进行社交娱乐、展现自我，乃至实现再就业。另一方面，要聚焦聚力高质量发展，着力开发利用老龄群体这一“富矿”，不断提升老年人生活和生存能力，营造老年友好型社会的氛围，帮助老年人更好适应社会的发展，增添老年教育新的活力。

二、当前我国老年大学课程建设的发展状况

（一）课程体系基本形成

目前已普遍按照“课程、专业、系科”三大层级组建课程系统，如广西老年大学设有33个专业91门课程，上海市老年大学南塘浜校区共设书画、外语、文史等10个系，钦州书院下设7个学部；长春老年大学也设置了20个学科、30个专业、100余门课程。在课程难度上，按照“初级、中级、高级”设置班级的层次化趋势日益显著；在组织体系上，形成各具特色的学院（教研室、学部）、教学系、班级、社团结构；从课程性质上，公共课、专业课、特色课、远程课、活动课、实践课等多种属性日益健全。

（二）课程内容不断丰富

从最初的仅限于书法国画、保健养生、文学欣赏，发展至今已开发出丰富的老年教育课程和教材、课件。课程主要分为思想政治、文化艺术、体育保健、实用技能等大类，常见专业课程主要有书法、绘画、文学、外语、声乐、器乐、舞蹈、形象素质、戏曲、计算机、摄影、保健、体育、手工、茶艺、烹饪等，部分学校还开设了如家政、农学、游学、国际文化、国学经典、生命教育、民族艺术等特色专业课程，可谓“百花齐放，门类齐全”。

（三）课程组织模式得到创新推进

从课程形式看，线下课堂仍是当前老年教育活动的主阵地，主要分为常规课程、讲座课程、实践课程和现场教学类课程，其中以走出教室、与校园展演、研学活动融合为主的新兴课堂形式日趋丰富和规范；线上课程发展逐步加速，以直播课、录播课、精品短微课等多种形式，通过校园大屏、手机小程序、远程教育课程平台等多媒体渠道逐步发挥出更大影响。从课程模式看，在传统的自由选课模式之外，广州老年开放大学探索推出了模块化课程组，突破学科体系界限，从必修课和公共选修课两个板块构建专业内容，整合为“学科融合、关联互促”的“混搭课程包”；还有一些老年大学开展了学历教育，进行了“时间银行”和“学分银行”的有益尝试。

（四）课程管理日臻完善

各级老年大学全面加强软硬件建设，优化提升教育教学管理水平。在师资管理上，形成了资格审核、试讲、试用、培训和考评一体化教师聘任体系，建成兼职为主、院校与社会团体师资广泛参与的教师队伍，为课程实施提供相对稳定可靠的师资保证。在课程质量把控上，普遍要求每门课程的任课教师制定教学大纲，教学大纲主要包括教学主旨、目标、要求，教学基本内容、进度及其重点，主要教材及参考书目，课时分配安排，教学原则，主要措施等。任课教师依据教学大纲及老年学员的学习需求制定教学计划，主要包括教学目的、课程具体安排、教学时间及具体的教学内容。

三、当前老年大学课程建设面对赋能转型冲击的现实困境

诚然，老年大学在课程建设方面已取得一些成绩，但在“娱乐型”向“赋能型”转型发展的形式下，仍面临诸多现实局限。

（一）课程建设缺乏顶层规划

当前老年大学对于课程建设在“规划设计”方面往往有较大缺失，基本停留在“课程设置”层面。一是体现为课程理念、课程目标未能完全准确定位于服务新时期社会发展与教育需求，难以满足老年人群体不断变化着的精神文化需求及其结构性变化的特点，更不能使现在和将来的老年人群体精神文化需求中的冷门需求和热门需求都得到充分满足。二是体现为课程设置缺乏标准化、规范化。由于在课程设置上往往依据老年人的学习需求进行调整，老年大学普遍存在学科、专业理念或者学科体系不清晰、不规范的问题。有的老年大学在课程设置方面，学科性不强，不能构成完整的学科体系；有的老年大学课程建设缺乏系统性，如将戏曲专业相关课程归类到声乐系，将书法绘画等统一整合为一个课程等等，甚至有些学校在未做充分调研的情况下，直接照搬其他学校的课程体系，相关学习模块仍需进一步加以完善。三是体现为课程目标缺乏专业性和全面性。由于缺乏全国统一的课程标准，各校在执行中也难以设立明确、统一、成体系的课程目标。同时容易出现不同水平的学员在课程目标上强制趋同、单一强调知识目标和能力目标，而忽视对老年人思想政治、道德素养、人格品行等目标的情况。

（二）课程内容及资源开发相对薄弱

一是内容相对单一。当前老年大学的课程设置大多侧重于满足老年人的“一般性”学习需求，如书法、摄影、舞蹈、合唱、保健等“休闲、娱乐、保健”类课程占主导，对于老年人的价值实现、职业发展等问题关注较弱，针对

老年人思想政治、心理健康、代际沟通、生命教育以及老年人力资源等领域的课程开发尚显不足，无法满足老年人多样化的学习需求。二是缺乏统编适老性教材。老年大学成立至今，尚无全国或全省（市）大规模推行的统一的、权威的、适合老年人的教材。老年群体的知识背景和身心情况差异巨大，在混龄、混文化、混专业、混地域等复杂条件下，无论知识需求抑或学习能力均与中小学生或大学生不同。目前多数老年大学的教学内容来源于学历教育或由教师自主、简单地改编入老年大学讲义，或不做任何改动直接平移引进老年大学课堂，课程内容往往难以与老年人身心发展规律和学习规律相匹配。三是远程教育课程开发尚不充分。兼职教师普遍以传统讲授 型教学为主，多媒体教学技术掌握程度不足，教学课件使用率低。同时受老年人对于数字传播媒介使用习惯和智能设备普及度限制，老年课程教学普遍缺少网上学习辅导、网上学习任务、网上学习评价，开放程度不足，所以网络课程目前仍多处于辅助地位，开发精度和影响力还有很大提升空间。

（三）课程实施效果差异较大

一是优秀师资不足，影响课程吸引力。老年大学当前师资以兼职为主，流动性较高，虽目前大多学校已建立有师资库，但专业水平高、教学经验足的优秀名师数量仍然十分有限，同时作为主要师资合作来源的大专院校专职教师受所在单位管理规定制约，其在老年大学执教的时间也十分有限，这一问题在县（市）区级老年大学尤为突出。优秀教师在一定程度上影响着学校的教学质量和水平，其对学员的号召力及留存率影响也不可小觑。教师的差异也可见老年教育发展的区域不平衡。二是现行老年教育课程教学方式未充分考虑老年人学习特点，忽视其主体性地位。在教学方式选择上，教师往往习惯采用传统的讲授法，而较少运用互动式的讨论、提问以及任务驱动法等方式。这种教学方法忽视了老年人与青少年学生有别，他们具备丰富的生活经验和社会阅历，因此在激发学员学习兴趣、提升教育教学效果上作用十分有限。

（四）课程评价机制尚待健全

课程评价机制是衡量老年学校课程建设水平的关键因素，对于提升教学质量至关重要。然而，我国老年学校普遍将重点放在休闲娱乐教育上，许多老年学校的课程教学大纲虽包含“课程简介”“教学目的与要求”“学制与课时”“教材使用”和“教材内容安排”等要素，但却缺失“课程评价”这一关键环节。尽管部分老年大学会举办课程展示、成果展演等活动，但这无法替代正式的课程评价机制。目前，老年大学的课程评价主要由教师、学员和部分管理者完成，课程评价更多地流于形式，在专业性、规范性、客观性、指导实效性上尚有待加强，长远来看制约着课程建设质量的持续提升。

四、应对老年教育转型趋势进一步优化老年大学课程建设的发展策略

（一）聚焦核心素养，推动课程体系规划再定位

1. 重构适应新时代老年教育多元功能角色转变的价值定位

近四十年来我国老年教育的定位几经变化，从面向小部分群体的退休福利发展为具有普惠性质的社会福利事业，老年教育的定位已愈加重要和清晰。一是教育文化功能的凸显呼唤顶层设计的强化。从满足老年人打发时间的

消遣需求向满足老年人精神文化追求转变，老年教育在终身教育体系中的地位愈发重要。因此要树立全国老年大学一盘棋思想，从国家战略角度出发，理顺管理机制，尽早出台全国或省、市老年大学课程建设统一标准及实施方略，指导并推动各地老年大学由简单量的增加向内在质的飞跃。二是经济和社会功能的潜能呼唤课程形态的拓展。老年教育具备开发老年人力资源、推动老龄产业发展的经济功能和促进老年人社会参与、加强基层治理能力的社会功能。要将“老有所为”全方位融入老年教育课程体系，有机同互联网、旅游、养老等产业相结合，提升老年人的社会适应能力，为我国经济建设和社会发展注入新动能。三是政治功能的强化呼唤课程思想政治底色的深化。老年大学肩负老年人思想政治引领职责，课程建设要始终坚持正确的政治方向，把思想政治教育有机融入、贯穿教学、活动全过程，教育引导老同志深刻领悟“两个确立”的决定性意义，增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”。

2. 树立从知识为主向素养本位转向升级的课程目标理念

“核心素养”是全人类所应具备的关键素养，特指知识、情感、态度和价值观的综合表现，是个人适应未来社会的必备品格和关键能力。老年核心素养是由基本素养这一概念衍生而来，专指老年人长期的、稳定的修养，即应具备的适应终身发展和社会发展的必备品格和关键能力。研究表明，老年核心素养是主体性、发展性和社会性三位一体的综合性素养。老年教育的课程总框架应以“新时代老年人”为核心，涵盖终身学习、融入社会、康乐向上三个领域，其素养行为养成和表现可综合表述为学习兴趣、文化自信、合作分享、社会责任、传播文明、社会体验、幸福观念、身心健康、长者风范等九项内容。在确定老年大学课程目标时，要关注老年人品格和能力的双重培养，通过专业课设置和系列教学活动的开展，逐渐使老年大学课程目标从“知识本位”向“核心素养本位”转变，同时强化对信息素养、健康素养、社会责任等核心素养的培育，进而实现老年学员的全面自由发展。

3. 兼顾老年教育平易化和高端化并行发展的现实要求

平易化和高端化构成老年教育办学的两种主要形态。一般来说，平易化老年教育主要在老年大学（分校）和街镇老年学校实施，课程设置多为休闲文化课程，呈散状分布，专业设置少，教学要求大多定位于“学会”。而高端化老年教育则主要在市级以上老年大学展开，课程设置上有较为系统的专业和系科，参照大学规格、组织架构和运行模式进行办学，教学取向多定为“学通”。当前老年大学在完善平易化基础上向高端化发展的趋向与老年教育办学内涵转型发展的方向趋同，老年大学课程建设规划要针对老年教育平易化和高端化并行发展的实际，既要考虑构建老年大学课程体系的基础性要求，尤其是本地区老年人基本现状、文化水平、生活方式、学习需求和本地区社会经济发展、科技普及、文化积淀、教育资源整合程度等现实因素；又要考虑老年大学课程、专业、系科建设的一体化要求，系统对照老年大学以课程基础为起点与普通高校以学科基础为起点的专业建设规划设计路径的异同，把握好基础性与提高性结合、本土性与多元性结合、传统性与时代性结合、个体性与社会性结合等

相互关系。做好特色课程、精品课程、热门课程、系列课程、专题课程、专业课程等开发规划，通过分类、分层、分步的周期性规划和实施，构建内容全面、结构合理、分层清晰、特色鲜明的老年大学课程体系。

（二）突出需求导向，推动课程内容结构再优化

不断建设和完善与老年教育目的价值取向相适应的老年大学课程设置，推动教育内容从过去以文化休闲活动为主向多样化、专业化和系统化转变。

1. 着力改善内容体系的整体性、规范性、层次性

在课程名称规范上，从老年教育学科分类入手，探索在国家高等教育学科分类框架下，规范老年教育的学科分类及名称，形成老年教育的学科框架，结束老年教育课程设置的随意性及课程、专业、学科概念的混乱局面，形成“自上而下”引导性构建。各级老年大学则以现有课程及其组合为基础，在单一课程周围衍生相关课程的基础上设置专业，并逐步“自下而上”与权威部门科学编制的学科门类、专业对接。在课程教材建设上，教材是课程内容的具体体现。教材研发是一个系统工程，需建立以国家为主导，省级老年大学为主体，地市级及基层老年大学广泛参与的研发团队，在充分结合老年人身心特点的基础上，研发权威教材或讲义。可以先从具有普适性的思想政治、国情教育、法律法规、医疗保健等通识教育类课程入手，鼓励有能力的老年大学结合地区实际编写具有地域特色的校本教材，循序渐进地开展多类课程教材的研发，确保知识内容的科学性、时代性和实用性。在课程内容性质上，构建“通识类＋专业类＋活动（实践）类”三层级内容体系，其中，通识类课程是基础性课程，主要是培养老龄群体独立思考与判断能力、提高思想美德、健全人格；专业类课程主要教授老龄群体必要的专业基本理论、专业知识和专业技能；活动（实践）类课程主要提升老年社会参与能力，以促进老年教育课程内容精准供给。在课程内容层级上，要综合考量学员的年龄、心理、阅历、健康、知识水平、学习需求等因素，设置不同难度的初级班、中级班、高级班、研修班等，以满足不同水平学员的不同层次需求，同时要结合实际情况变化及时调整课程目标，从而保证目标的适用性、科学性和合理性。要注重课程体量的层次化设置，除了传统的专业特长课程外，尝试开发时长较短的中小微课程，丰富碎片化学习内容生态。在内容组合形态上，构建系列化和模块化的内容形态体系，对于学术知识型课程探索开设老年学历教育，打破专业学科限制，构建模块化课程组，层层递进安排教学内容；建立“必修课＋选修课”两大板块，组建配套的选修课程资源库和融媒体课程资源库；开展学分制建设，建立老年教育“学分银行”，制定老年学员学分、积分记录规则，制定老年教育学习证书体系，给予老年人有效的学习反馈，帮助老年人在某个专业领域比较系统地开展学习。

2. 重点保障内容供给的全面性、时代性、差异性

一是紧扣需求，增加社会性学习课程设置。当代老年人拥有五项学习需求：一是应对需求，二是表现需求，三是贡献需求，四是影响需求，五是超越需求。结合五项学习需求，可以将当代老年人学习分为健康生活、精神文化和社会

性学习三种类型。要进一步优化老年学习内容供给结构，在完善现有的音乐、体育、美术、健康以及文化理论知识等常规课程之外，增加社会性学习课程，比如家庭关系类，包括夫妻关系、亲子沟通、隔代养育等；人际关系类，包括融入社区、调节邻里关系、联系朋友关系等；创业创新类，包括志愿服务、职业技能、新兴科技等；生命教育类，包括生命的价值、面对死亡等。特别要关注心理健康类课程的开设。以助力老年学习从“娱乐型”向“赋能型”转化，释放老年人的经验、智慧、创新潜能，培育“老有所为”的老年文化。二是思政引领，推动思政教育有机融入课程内容。在必修课中融入积极老龄观、健康老龄化等新思想、新理念，学习好、贯彻好党和国家大政方针；强化选修课和课外活动内容规划，通过举办公开课，策划多形式的主题党日活动和实践类课程，提升老年学员的体验感和获得感；加大优秀传统文化和革命文化在课程中的占比，如品读朗诵传统诗词、舞蹈演绎革命故事、弹奏古今名曲等，让老年学员在专业课的学习中潜移默化地汲取精神力量，增强文化自信，让思政元素成为老年大学课程品牌的精彩亮色。三是与时俱进，建立课程内容更新机制。依据学科前沿动态与社会发展需求不断更新知识体系，对陈旧的知识进行删减，对经典的内容进行凝练，同时引入学科进步发展的新知识、产业进步带来的新技术，社会主义现代化建设的新思想、新理论、新战略等，逐步破解“知识陈旧”问题。四是因地制宜，打造特色文化课程。充分利用区域内优质资源，如当地的风俗习惯、民间艺术、历史遗迹、民族文化等地域文化和红色资源，结合学校办学理念、育人标识、文化符号和各项教学、文化和社会资源，用好各类重大节日活动，如元旦、春节、元宵、重阳等，建设如非遗传承等形式多样的特色课程，激发老年人的学习热情。

3. 不断提升内容资源的延展性、协同性、开放性

要进一步加大优质课程资源的合作开发。一是推进老年学习资源数字化建设，通过征集、学习者自主构建、购买服务等方式为老年人量身打造一批数字化学习课程。推动老年教育数字化平台提档升级，加快实现数字化学习资源跨区域、跨部门共建共享，实现线上线下融合学习。二是深化老年游学资源的开发利用，加快整合地方文旅资源，协调景区、图书馆、文化馆、博物馆、党史馆等场所，依托教育基地专业力量，为老年人提供优质游学课程，打造一批具有地方特色、集文化性和体验性于一体的老年游学示范基地。三是加强跨地区跨机构的老年教育合作交流，扩展课程外延形式，同党政机关、高校、社会组织、科研机构等社会资源对接，与社会活动相结合，合作开发各种老年人参与的创新实践课程，如英国第三年龄大学的鸟类观察项目，老年人在指导下向基金会提供鸟类的报告和照片等，收获了专业的知识和实践经验，学术机构也获得了大量的鸟类一手资料。这类双赢式课程项目还可拓展至口述历史、编织、绘画、运动等多个领域，对于丰富老年教育的内涵，实现老年教育成果的转化有积极作用。

（三）增强课程吸引，推动课程实施模式再变革

1. 遵循老年身心规律，推动教学模式变革。

一是要注重尊重老年学员的主体性。老年教育应重视老龄群体的生活经验，革新陈旧的单向灌输型教学法，以破除教师“唯我独尊”的现象，课程的组织实施应当回归老年学习者生活，以老年人身体作为认知的主体，以老年人的身体参与为起点，围绕老龄群体日常生活与真实情境，增强多知觉体验，通过项目任务、问题导向、重点行动等形式，在课程中调动、激活老龄群体的身心活动。二是要创新更贴近学员学习需求的教学方法。在教学过程中，除讲授法外，可根据课程性质和内容的不同，使用任务驱动法、自主学习法、参观教学法、沉浸式教学法、实践探索法、翻转课堂、小组讨论等灵活多样的教学手段，调动老年学员的学习热情。三是将传统教学与信息化教育有机结合，构建完善的“线上 + 线下”教学模式，用好多媒体教学手段，有机结合板书、实物展示等传统手段和 AR、VR、MR、人工智能、大数据等新兴技术，增强师生在课堂教学中的具身体验，延展课程的教学时序与实践空间，加深学员对知识的理解和应用。

2. 强化专业师资保障，提升课程教学质量。

从课程实施质量来看，老年教育师资队伍建设至关重要。一是要把好师资“入口关”。谋求建立高校与老年大学师资共享合作平台。各级教育行政部门要高位统筹，探索建立区域内统一的师资调派工作机制，鼓励高校或正规学历教育学校的教师到各级各类老年大学兼职任教，探索建立适度合理的薪酬给付办法和更加灵活高效的管理制度，通过高质量教师的引进，实现老年大学高质量的课程建设目标。扩展公开招聘渠道，除了将各个行业的专业人士纳入老年教育师资库外，还要重视对老年人的人力资源开发，积极挖掘已经退休的老教师、非遗传承人等，加大对教师的思想政治素养审查与专业技能考核。同时结合学校实际做好师资队伍年龄、学历、性别、职称结构的合理规划，强化教师梯度建设。二是要做好教学能力“适老化”培训，任课教师的能力水平很大程度上决定着课程的吸引力。老年大学要对所有任课老师，尤其是新入职教师开展业务培训，围绕老年人的兴趣爱好和身心特点，全面普及相关教学知识，开展教学研讨，避免将学历教育内容不加甄别地平移到老年大学课堂，确保每位主讲教师在专业知识、职业道德、教学方法等领域具备专业性和职业性，以积极老年观理念来指引课堂的组织和实施。三是规范开展教学管理。制订出台规范教师及学员行为的管理制度，提升班级管理工作的水平，落实教学检查。保障课程教学的高质量开展。

3. 丰富多元学习载体，探索学用深度融合。

在秉持规范办好“第一课堂”之外，打破传统课堂教学的局限，丰富“第二、第三课堂”及各类课外学习载体，让老年学员在学乐相融，学用相合中获得更加多元、生动的实践感受。一是培育老年学习共同体，引导老年人自主学习。老年学习共同体由老年人自发成立，以自我组织、协作互助为理念。要引导构建形式多样的学习型社团，将社团打造为学员延伸学习活动的平台，促进学习共同体建设。定期对活跃度较高、学习特色鲜明、有一定影响力和示范性的老年学习群团组织开展评优表彰活动，为学员提供展演平台和活动机会，营造老年自

主学习的良好氛围。二是建立完善志愿服务队伍，推动志愿服务的组织化、制度化和常态化，引导学员结合所学知识与生活经验，参加基层社区治理、民主监督、移风易俗、民事调解、文教卫生、互助养老等活动。可结合“时间银行”，探索志愿服务时长兑换老年大学学时的机制，实现学用双向互动。三是搭建老年人力资源开发平台，建立“老教授、老专家协会”等专业型智库组织，在教育改革、产教融合、科教融汇，赛事评选、专项培训等方面发挥优势作用。建立老年求职人才信息库，为有劳动意愿的老年人提供职业技能培训和创新创业指导服务，宣传和引导健康低龄老年人就业，让“学用结合”成就“老有所为”。

（四）深化育人内涵，推动课程评价体系再完善

1. 评价主体多元化

建立由教师、学员、管理人员、专家顾问等主体共同参与的课程评价体系。引导学员对课程学习进行自评、互评；授课教师以鼓励为前提，对老年学员的总体表现点评指导；管理人员要强化在课程评价中的参与度，定期或不定期开展课堂教学巡视检查，及时反馈教学评价，同时积极组织各类活动对学员学习成果进行考核；适时邀请老年教育专家和课程专家对课程给予专业性的指导。通过多元化评价主体增强老年大学课程评价的全面性、科学性、专业性。

2. 评价内容多维化

教学评价是教师、学员、管理人员、专家顾问多方互相检验的过程，一方面，教师和学校要对学生的学习态度、学习成果等进行评价，不仅要用作品展示、汇演等方式对老年学员在学习中所学知识和技能的评价，还要重视他们利用所学开展社会参与、服务社会的内容与成效，关注其在思想动态、价值观取向等方面的表现情况。另一方面，也要关注学员对教师在教学准备、态度、组织、管理、方法、手段、内容、语言、效果等方面，和对学校管理服务的内容、责任心、纪律管理、问题解答等方面的评价，切实提升教与学质量。

3. 评价形式多样化

老年大学课程应重视评价的诊断、激励和促进作用。在日常教学中，加强对前测型评价、表现性评价、过程性评价等多种评价方法的重视、探索和应用。要关注老年学员的学习过程，通过问卷调查、随机访谈、课堂问答、眼神交流、肢体语言、人际交往和自我提升等方面收集信息；学校层面采用作品展示、演出、比赛、考试、服务他人或社会等途径，全面、客观的反映学员的学习成果、优势和不足，通过多样化的激励评价方式，调动学员的学习积极性，提升课程评价的有效性。

（注：本文获2024年第五届全区老年大学理论研讨征文一等奖）

助力笔尖生花　“AI 写作角”伴您同行！

——范文示例教您三步提升写作

亲爱的学员朋友们：

《红枫》作为广西老年大学交流思想、分享生活、展示风采的温馨园地，始终热切期盼着您的佳作！近期，编辑部刊发的学员作品有所减少，主要是投稿在质量上还有提升空间。为了确保内容符合刊发要求并通过相关审核，我们希望能与大家携手，让文字更精彩、更具感染力。

在审阅稿件时，我们发现大家在写作中常遇到一些共性的提升点，总结如下，看看您是否有同感？

一、语句表达：清晰流畅是关键

现象： 最常见病句是句子成分不全或句式杂糅。例如“通过这次活动，使我深受启发”（谁受了启发？“通过这次活动”是一个介词短词，不能作为主语，句子缺主语）。又如“原因是由……造成的”（这是典型的句式杂糅和成分赘余，造成了重复和啰嗦。“原因是……”或“是由……造成的”已清晰表达）。

小目标： 让每句话主谓宾清晰，意思表达完整、准确。

二、叙事铺陈：聚焦主题更动人

现象： 记录活动或经历时，有时会像记流水账，事无巨细反而模糊了重点，让读者抓不住核心思想。比如一篇日常记录，若详写出门准备、路上见闻、市场布局乃至讨价还价细节，核心观点就容易不突出。

小目标： 围绕一个明确的中心思想，精选素材，做到详略得当。

三、情感表达：具体事例显真情

现象： 表达赞美或情感时，有时过多使用概括性词语（如“非常优秀”、“无私奉献”），若能辅以具体鲜活的小事例，情感会更真挚有力。

小目标： 用具体的行动、细节或故事来支撑观点和情感。

四、描写刻画：紧扣中心更生动

现象： 描写有时不够具体，难以让读者“身临其境”；或与主题关联不强，易分散注意力。例如写公园晨练，若大篇幅描绘新种花卉的品种颜色，而对晨练场景和自身感受轻描淡写，就显得有些偏离主题。

小目标： 让描写服务于主题，善用感官细节（看、听、闻、感），使画面跃然纸上。

五、读者视角：引发共鸣更贴心

现象： 回忆录或个人随笔是大家喜爱的体裁，但有时沉浸于独特的个人记忆和情感，可能让不熟悉背景的读者难以共鸣。

小目标： 讲述个人故事时，适当加入背景信息或普遍能理解的情感点，让读者更易感同身受。

知道不足，如何提升？科技带来新帮手！

许多学员朋友反映：“我们也知道有这些不足，就是不知如何改进。” 别担心！人工智能（AI）技术带来了新希望！它就像一位随时在线、耐心细致的“写作伙伴”，能为您提供一对一的即时指导。

《红枫》特别推出“AI 写作角”栏目！从本期起，我们将通过真实范文示例，清晰展示如何运用“三步法”高效、个性化地改善写作：

问题诊断： AI 精准识别文稿中的可优化点。

AI 优化： AI 提供具体修改建议或优化范例。

效果对比： 直观呈现修改前后的提升效果。

让我们共同学习，一起进步！我们热切期待在《红枫》上读到您学会 AI 写作优化后的精彩作品！

《红枫》编辑部　敬上

2025 年 8 月

第一期 流水账变形记

本期我们选择的文章是学员姜树明的一篇投稿《青春不问岁月》。

一. 原文病灶

在《青春不问岁月》一文中，作者记录老年大学开学日第一天的上学见闻，原文像按时间记账——从出门准备到教室见闻，从选班干部到老师介绍画具购买，虽然能感受到作者对开学的新鲜劲儿，但全文 1680 字，全程无重点的白描式记录，更像是未加工的素材，语言也过于口语化。

二. 诊疗优化

通过“提炼核心情节 + 设定语言风格”给出AI提示词。AI工具用deepseek、文心一言、豆包等均可，根据个人习惯选择，或者可以都试用对比，这里小编选用的是 deepseek。

AI 提示词：请用幽默风格改写，语言要有时代感，写出作者对新学期的新奇感和期待，并让读者在阅读中感受到作者的这种情感。仅仅这一句简单的提示词，一篇流水账式的文章就华丽转身啦！

（下文为AI根据给出提示词优化的文章，小编对不符合作者原意的语句进行了修改。）

银龄学堂奇遇记

2024 年 9 月 10 日教师节，我这位“资深新生”终于踏上了老年大学的奇妙旅程。当闹钟响起时，我对着镜子把马尾辫扎得比广场舞领队还高，套上雪白连衣裙，背着双肩包冲出家门——这身装备绝对能让四十年前的班主任误以为我穿越了！

推开教室门的瞬间，仿佛闯入了时光茶馆。前排大爷的白发像蒲公英般蓬松，邻座阿姨的皱纹里盛满故事，满屋子“岁月的勋章”在阳光下熠熠生辉。我像考场上偷瞄同桌的学渣，余光瞥见右后方有位奋笔疾书帅大叔，我赶紧正襟危坐，生怕被当成追星老太太。

“这儿能坐吗？”突然飘来暗红身影，定睛一看是位自带笑容特效的女士。她脸上的雀斑像撒落的咖啡渍，却衬得眼睛格外明亮。我俩相视一笑，默契地组成“菜鸟同桌联盟”。这时执教的李汉民老师踱步而来，这位面色红润的六旬先生张口就甩金句：“咱这儿不培养齐白石，只生产快乐！”教室里的空气

像绷紧的弓弦瞬间松弛，窗外麻雀的啁啾蹦跳着穿过窗棂，在课桌上溅起一串清脆的音符。

选班委环节堪比即兴喜剧。当东北口音的酷大叔被钦点为班长时，这位老哥双手抱胸："让我当班长得先说好，咱只管研墨铺纸，可不包调解老伴儿打麻将的纠纷！"活脱脱老年版孙红雷附体。当花名册曝光时，才知神秘副班长是深藏功与名的交通系统的"大佬"，而看似平凡同学中，暗藏着各路掌门的"夕阳红分舵"，此刻我算是看明白了，咱们班分明是"江湖高手的养老据点"。

看着微信群里跳动的表情包，摸着崭新的宣纸毛笔，未来两年，在这间"写意山水基础班"的教室里，这群最年轻的"老同学"要在墨香里撒野，在宣纸上飙车，说不定哪天教室墙根还能长出几丛水墨竹子——毕竟老师说了，工具到位了，啥奇迹都能整！

三．对比总结

维度	原文问题	AI 优化方案
结构	1680 字流水账记录，无重点	聚焦三个核心场景（入学 / 课堂 / 班委选举），680 余字，文字紧凑，主题突出。
细节	过度堆砌无关信息	删减有关同桌的无用描写及辅导员的群级群组建，只用一句"微信表情包"的跳动代替班级群的组建完成。
情感	平铺直叙	通过"穿越""菜鸟同桌联盟""撒野"等年轻化表达激活代入感。

对比原文就会发现，改写后的文章既维持了"银发新生"特有的视角，又通过俏皮的比喻让场景活起来。让作者能直观看到，同样内容如何用幽默表达引发共鸣，如何挑选重点场景增强感染力。

这种直观对比，正是 AI 辅助写作的最大优势——不是代替创作，而是当一面智能镜子，帮你照见提升空间，找到进步方向。

（撰稿：邓如河）

广西老年大学诗词学会会员作品选登

忆江南·南宁南湖

覃际宽

南湖好，秀色冠邕州。四季无冰花映岸，双桥有梦客凝眸，波漾满湖舟。

风细细，云影水中浮。十里烟光融画境，一城灯火照琼楼，何日再重游？

蝶恋花·春醒

黄美柳

嫩叶初生春意绕，紫燕翻飞，戏啄禾泥早。 细雨雾霏滋蕙草，清风微拂花枝摇。

绮梦悠游春已到，醒觉窗明，满眼皆新貌。 莫叹年华如逝鸟，凭栏问盏携春晓。

唐多令·三月唱山歌

陈剑锋

三月唱山歌，乡音塞断河。绣球抛，帅伙娇娥。阵阵高潮如浪起，听壮语，辨无多。

征路少平坡，生涯任蹉跎踬蹉。晚年时，独钓江波。忽有邻舟横笛起，招旧梦，忆南柯。

咏兰

舒铁军

幽谷生来伴露霜，繁华不竞韵悠扬。
远尘自守真君子，淡雅清芬一缕段香。

一剪梅．老来乐

常 青

皓首童颜进校园，展卷凝思，染墨描笺。何愁前路多辛艰，志在心间，岂论华年。 如梦人生不计年，广结吟缘，喜结情缘。“葵花”、秋圃”乐耕田，惬意陶然，益寿悠然。

春和景明

蒋科禄

胜日寻幽赏翠微，春风送暖物葳蕤。
穿葩蛱蝶悠然舞，点水蜻蜓随意飞。
柳绿桃红皆丽景，花香鸟语尽佳姿。
河山锦绣春常在，万象和谐入咏辞。

诗河字海

徐 顺

诗河流水长，字海接天苍。
可纳人间事，情留百世芳。

家乡双板桥水库观感

戴振喜

一双石板古桥连，观景攀登至近前。
龙虎山间横大坝，凤凰湖面映蓝天。
万家管接自来水，四镇渠通高产田。
党政同心谋远略，地灵人杰著奇篇。