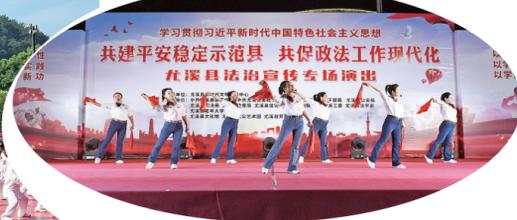




▲尤溪县老年大学健身气功表演
▼尤溪县老年大学表演音乐快板《老年防骗歌》。



朱子故里“银发学堂”正青春

——尤溪县老年大学创建中国老年大学标准示范校侧记

●尤溪记者站 陈建荣 文/图

夕阳有约

“走进老年大学就年轻,来到老年大学就快乐。”走进全国“最美老年大学”——尤溪县老年大学,一节课课堂座无虚席,教师耐心讲解,学员认真学习,其乐融融。

近年来,尤溪县老年大学积极推进老年教育的探索,创新“1+N+W”的教学模式,以“156”工作机制为抓手,树立“共办、共学、共为”的乡村老年教育办学理念,扎实推进全县老年教育高质量发展。先后被授予省、市老年大学示范校,省、市终身教育先进单位,全国和省老年远程教育先进收视点,全国老年远程教育实验区、示范区,全国老年教育优秀学习收视点等多项荣誉称号。

如今,尤溪县老年大学在15个乡镇均设有分校,培育精品课程省级3门、市级5门、校级16门,设9个系、20个专业、61门课程,98个教学班,共有55名教师。2023年末,尤溪县60岁及以上老年人88087人,占总人口的20.0%。经常性参加老年教育学习的老年人,占尤溪县老年人口总数的26.3%。

制度保障 搭建优质教学平台

清晨,尤溪3路、6路、9路公交车不载着学员到达尤溪县老年大学门口的公交站,不远处的玉溪桥上,结伴上课的学员们,跨越清印溪直达老年大学。

“为了方便南北两岸老年学员上学,以及解决老年人在来往老年大学路上的交通安全隐患问题,县里高度重视,解决了公交停靠站点和南人行桥等问题。”尤溪县委常委、组织部长、县老年大学校长雷泉明说。

1988年5月,尤溪县老年大学成立。三十多年来,迁建三次校址,教学场所由不足40平方米,到如今有6层独立校舍,教室按省一级校配置,配套多功能厅、排练厅、多媒体教室、阅览室、图书室、活动室以及文化长廊等,建筑面积5500平方米,设施完善。这些变化,离不开尤溪县委、县政府的支持。多年来,历任县委书记、县长均为名誉校长,县委每年年初听取老年大学工作汇报,专题研究老年教育发展,并将老年教育经费纳入财政预算。

“有了县里的大力支持,我们更能放手为老年学员提供优质教学服务。”县委组织部副部长、老干部局局长、老年大学第一副校长陈蔚阳说。

制定并落实教学常规,组织教研编写教材,做到90%的课程进大纲;定期开展教学质量监控和评教评学活动;建立校领导随堂听课制度;组织公开课、观摩课、优质课活动;安排教师参加各级培训;评选优秀教师、名师、学科带头人等,促进教育质量提升……尤溪县老年大学的学习氛围松弛而不松散。

“我们开展文明班级评选,学员们严格遵守教学纪律,自觉维护公共卫生、财物。课堂纪律严谨有序,不散漫。”尤溪县老年大学教务主任黄秀蓉说。

除了办好传统教学的“第一课堂”,尤溪县老年大学还拓展社会实践活动的“第二课堂”。借助各班级、学会力量,举办、合办或参与丰富多彩的社会文化活动,做到班级周周有活动,学会月月有演出,学校季度有展示。

近年来,尤溪县老年大学积极在教学实践中进行经验总结、理论研究,共有15篇论文在中国老年大学协会《老年教育》月刊以及《中国老年报》发表,23篇论文在省级、30余篇文章在

市级老年教育刊物发表,优秀教学成果引得省内外老年大学前来学习。

老有所学 积极贡献银发力量

古琴、葫芦丝、太极拳、柔力球、书法、拉丁舞、声乐……每周一至周五,尤溪县老年大学热闹非凡,座无虚席。每节课时间80分钟,教师耐心讲解,学员认真学习,课堂里洋溢着浓郁的学习氛围。

“刚退休的时候,内心对老年大学还有点抵触,总觉得自己和‘老年’二字还不搭边。”尤溪县老年大学朗诵班班长罗向红笑着说。一次,好友约她到老年大学的民族舞蹈班观摩,老师曼妙的舞姿一下吸引了她。“老年大学并不像我想象中‘老气十足’,这里的课程精美多样。”罗向红当即决定报名参加学习。

学习一段时间后,热爱语言类节目的罗向红,在学校评定册上写下了希望增加朗诵班的期望。第二学年,学校就开设了朗诵班。罗向红成了朗诵班的班长,和朗诵班的同学们一起组建了朱子故里银龄宣讲队,到各乡镇宣讲党的理论政策。

“老年大学每学年都会开展一次评定活动。”黄秀蓉介绍,评定的内容包括校园建设、教师评价、课程推荐等,教务处会综合社会发展、学员需求、教师、教室等情况,及时调整优化课程设置。

除专业课程外,老年大学还开设综合课作为每位学员的必修课,“综合课的内容包括健康养生、法治宣传、防诈骗、县内热点项目等,并邀请党校老师、医院医生、各单位工作人员来为学员上课。”尤溪县老年大学常务副校长池汉清说。

优秀的师资力量来自社会各方。尤溪县老年大学利用县教育局资源,建立在职师资库,并邀请社会上的名师名家担任教师,保障教学质量。

杨芳退休前是尤溪县总医院中医骨伤科副主任医师,退休后又被社区医疗养护站返聘。2018年,受邀赴清溪,杨芳成为尤溪县老年大学中医推拿保健班的老师。“课程主要针对老年人常见的关节性疾病,教授十八式按摩法用于自我保健。有一次,一名学员肩关节脱位,我边上课边讲解,顺手就治好了。”杨芳说。

尤溪县老年大学还与县总医院联合开展“健康走进老年大学”活动,成为县全民健康管理示范创建单位。“每堂课都不是滥竽充数,要能促进老年人身体和心灵双重健康。”池汉清说。

今年新增的游学班,由教师组织学员开展红色文化遗址、A级景区等地的游学体验活动,以游促学,感受县内外风土人情,成为最受学员欢迎的课程。“认识的朋友多了,聚在一起交流、游学,增见识,生活多姿多彩。”70岁的游学班班长吴冬妹说。

吴冬妹同时也是剪纸班的班长。2023年起,尤溪县老年大学开展“大手牵小手助教”活动,安排师生轮流为东城小学的学生提供剪纸、象棋、戏曲等课后延时服务,吴冬妹就是其中一员。“周一到周五,下午四点半到五点半,是我们老年人的‘服务’时间。”吴冬妹笑着说,“虽然年纪大了,但是也想尽自己的能力把所学传授给下一代,让学生们全面发展。”

坚持党建引领。尤溪县老年大学建立临时党支部,成立新时代文明实践中心,不定期开展各类志愿服务活动。朱子故里银龄宣讲队利用“三句半”等方式,开展主题教育、党纪学习、综治平安等宣讲56场;锣鼓学会志愿者多年来为新兵入伍开展欢送表演;朱子金秋老党员工作室主动担当调解工作,并在各种场合义务宣传禁毒、反诈等相

关知识;学员们连续十年举办下乡送春联、摄影展和剪纸作品展等活动;在社会公益演出中自编、自导、自演50多场300多个节目;开展义卖活动,筹集善款资助困难儿童……

老有所为,回馈社会。目前,学校已建立公益、文艺、摄影、医卫、农技等14支志愿者队伍、300多人,利用老年人的社会影响力,发挥他们的特长和优势,积极服务经济社会发展。

县乡村合力 创新“1+N+W”教学模式

“黄老师,刚刚那个平衡旋转可以侧面对着我们来一遍吗?”“黄老师,我们自编了一套动作,麻烦帮我们指点一下。”每场柔力球直播课上,尤溪县西滨分校学员都积极与老师交流柔力球动作。

“自从有了老年大学,我们晚上不打牌了,一到时间,就到公园里面打太极、柔力球等,锻炼身体。国庆节、畲族文化节等节日,我们组织表演,展现我们的学习成果。”尤溪县老年大学西滨分校教务处负责人蔡瑞明介绍。西滨分校目前开设太极拳、交谊舞、柔力球、大鼓等课程,有学员200余人。2023年,在全国第二套柔力球大众推广套路网络视频大赛中,西滨分校柔力球3支队伍荣获三等奖。

拓宽老年教育普及率,让县、乡、村的老年群体都能满足学习需求,这背后离不开尤溪县老年大学“1+N+W”教学模式。

“1+N+W”的模式,即1个中心校区,N所乡、村、社区老年学校,W个无形教室。”雷泉明说,“我们挖掘退休老干部银发人才作用,充分利用老人活动中心或文化站等场所办班教学,目前有9名县处级退休干部和15名科级退休干部结对帮扶15个乡镇老年学校。2022年,实现县老年大学乡镇分校全覆盖。”

中心校区不断扩大招生规模,增设课程的同时,建立乡村支教师资人才库,培养聘用乡村本地有专业特长的老教师、老干部、老医生等为分校教师,并选派中心校区的教师为乡镇老年大学分校送教、构建县、乡、村师资互补机制。

“我们分批次利用周末和节假日,下乡开展太极拳、剑、扇、刀等课程教学,做到讲练结合,让学员更好地掌握太极系列技能。”尤溪县老年大学太极系教师刘玉珠介绍。

线下阵地持续扩大,线上远程教育不断发力。黄立娟是尤溪县老年大学6个柔力球班的教师,为了下乡分校的学员更好地学习柔力球,她尝试了乡支教、录制教学视频、点评学员练习视频等多种教学方式。“经过多次实践发现,利用微信群进行直播授课的方式最简便、最受欢迎,学员无论身在哪儿都可以加入学习,且能及时反馈动作上的问题。”黄立娟说。为此,她自费购买了新手机和直播支架,利用课余时间到乡镇的学员直播上课。

设立网上学习交流群,购置乡村老年课堂直播“教学一体机”,依托县电信、广电等部门,尤溪县老年大学成功在全县271个村、社区建起福建省新媒体老年远程教育收视点,借助技术手段推动教学资源向基层延伸,让广大老年人走进校园,融入社会,在学习活动、服务社会中收获健康与快乐。



▲尤溪县老年大学15个乡镇分校授牌仪式 (采访对象供图)

▲2023年“全国柔力球大篷车公益惠民推广万里行”活动走进尤溪县老年大学西滨分校。(采访对象供图)



诗廊词阁

谒永安小陶红军北上抗日先遣队出发地纪念馆有感

●谢复兴

何愁北上路茫茫,抗日原来有主张。
宣言如今由斯发,红带初飘赤帜扬。

寄秋

●马玉太

秋风有意趣红叶,岁月无声染白霜。
莫道桑榆添暮色,春来满树绽妍芳。

入冬吟怀

●李康德

秋雨迎冬莅,朔风凉转寒。
青松同竹茂,金菊伴荷残。
果硕农商旺,粮丰家国安。
暖冬梅早报,春日正珊珊。

银发资讯

乡村“银杏乐龄学堂”受欢迎

“课程丰富多彩,村民们报名参加学习的热情很高。”11月26日,大田县首个省乡村(社区)“银杏乐龄学堂”在广平镇铭溪村开班,银杏乐龄学堂校长张裕森介绍,“学堂已经招收60周岁以上学员148人。”

铭溪村有19个村民小组,户籍人口4189人,其中60岁以上村民701人,占比达16.73%。如何丰富老年生活,满足老人们对“老有所学、老有所乐、老有所为”的期盼?村里前后共花费80余万元修缮龙会堡,将戏台、栏杆、墙体、地面修补加固,还购置了电视、电脑、桌椅等设备。”张裕森介绍,省“银杏乐龄学堂”是面向并依托村居,创新老年人“学养结合”模式,为老年人免费提供教育资源的公益性老年学校。铭溪村结合村情实际,兼顾古建筑保护与利用,在龙会堡开办银杏乐龄学堂,不仅美化了村居环境,还提升了老年人生活品质。

为确保教学质量和办学效果,学堂从本村中吸收培养一批有才艺、有专业技能的爱心人士作为志愿教师。根据老年人的心理特征、文化程度、兴趣需求,设置健康养生、唱歌识字、健身操、文化传承、智能手机使用、法律法规、家庭教育等方面课程,为老年人提供了丰富的学习资源和交流平台。

银杏乐龄学堂的创办及运作是一项长期工作,需要全社会的共同努力和支持。张裕森介绍,学堂从今年5月开始筹办,得到了社会各界爱心人士的支持,仅开班当天,就收到社会捐款19万元,为学堂的持续运作提供有力保障。

大田县聚焦养老需求,进一步完善社区公园、娱乐广场等基础设施,开展老年人教育培训、文化旅游、健身休闲、金融支持等服务,不断满足老年人文化娱乐需求。2022年以来,县里共补助55.5万元支持铭溪村养老事业。(大田记者站 林伯郊)

老年人气排球赛展风采

11月18日至19日,由市林业局主办、宁化国有林场承办的2024年市林业局系统第23届“健康杯”老年人气排球赛在宁化举办,来自全市林业系统的8支代表队、60余名运动员参赛。

赛场上,运动员精神矍铄、团结拼搏,时而巧妙吊球,时而大力扣杀,时而精准拦网,赢得

观众阵阵喝彩,彰显出我市林业系统老年人的活力与风采。经过激烈角逐,市林业局代表队获得本次气排球赛一等奖,将乐县林业局代表队获得二等奖,尤溪县林业局和清流国有林场代表队获得三等奖。

(全媒体记者 陈渴 通讯员 姜光伟 文/图)



新时代“银龄行动”启动 助力老年人参与志愿服务

民政部、全国老龄办、中国老龄协会11月20日共同在京启动新时代“银龄行动”。启动仪式上发布了“银龄行动”标识和志愿服务队伍队旗。同时,全国“银龄行动”信息服务平台上线运行。

“银龄行动”是以老年人为主体,坚持自觉自愿、量力而行的原则,通过开展智力援助和参与基层治理、社会服务等为内容,服务经济社会发展的志愿服务活动。

从2003年开始,全国老龄委连续组织开展“银龄行动”,截至2024年7月底,全国参加“银龄行动”老年志愿者总人次已超700万,开展援助项目4000多个,受益群众4亿多人次。

与以往的“银龄行动”相比,新时代“银龄行动”参与主体从老年知识分子拓展到全体老年人,行动内容从智力援助、技术帮扶为主,拓展到“银发巡逻”、儿童托管、互助养老、全民参保、扶残助残、探访关爱等社会生活的方方面面,从线下活动为主拓展到线上线下相结合。

当天正式上线运行的全国“银龄行动”信息服务平台实现了“银龄行动”网上信息查询、服务链接和事项办理等功能,将进一步促进供需对接、信息共享、集中宣传,为“银龄行动”志愿者做好服务保障。

(新华社)