古画"活"了气氛"嗨"了 Z 世代教师点亮老年大学课堂



青年教师面向老 年教育"爆改"出各种 广受追捧的潮课。

本版摄影 青年报记者 施培琦



你有想象过老年大学 里的学习会是一派怎样的 光景吗? 是只有传统

老年美术教育

从来不是重复教

学,而是在传统与

现代的碰撞中,不

断寻找让文化'活'

来的方式。 "

起来、学员'乐'起

的合唱、广场舞,或 是书法绘画的教 学?一切都是缓缓 退休返聘的年纪 吗? 事实是,我们自 身的视野小了。

在沉浸式环屏体验教 室里,老年学员的眼里闪 着光,一群在老年大学教 课的 Z 世代, 硬是把"科 技+传统文化"玩出了新 花样。当屏幕上浮现出动 态的戏曲人物、流动的山 水画卷,老年学员跟着画 面里的动作学招式,还能 边念诗边互动时,年轻人 都心生向往,多希望秒变 成听课的一员。

这群青年教师面向老 年教育有着什么独门秘 籍,又"爆改"出怎样广受 追捧的潮课? 值此重阳节 到来之际,青年报记者走 近这群年轻人。

青年报记者 刘昕璐

刘敏,90后,从华东师范 大学美术学院硕士毕业后,在 虹口区老年大学从事老年美 术教育整整十年了。这是她 毕业后的第一份工作,来了 就从未离开过。刘敏说,每 一天都很快乐,毫无"班味"。

"绝对没有虚言。"刘敏 始终觉得,这份工作不是单 向的知识输出,而是一场与 学员、文化、时代的双向奔赴。从最初沿 用传统的 PPT 授课模式, 到如今打造环 屏沉浸式课堂、创建AI智能体,每一次 课程供代都源干"让老年学员爱上艺

> 老年大学的讲台 从来不是"任务式教学"

术"的初心,也让她在教学相长中收获

对刘敏来说,老年大学的讲台从来不 是"任务式教学"。"这里的学员都是带着 纯粹热爱而来的,没有功利心,全是主动 求知的热情,这种氛围让教学变成了很轻 松的事,根本不用费心调动积极性,反而 还常常被他们专注握笔、认真琢磨的样子 打动,教这样一群'眼里有光'的人,本身 就是一种享受。

刘敏感到,更珍贵的是那份"教学相 长"的默契。在赏析传统绘画时,她讲的 是书本里的技法流派、历史背景,而学员 会带着自己的人生经历分享独特感悟:有 人看《富春山居图》里的远山,会想起年轻 时在乡下见过的晨雾;看马远、夏圭的画, 那些寂寥空灵的画,会有一种阅尽千帆后 的从容淡泊感。

这些不是书本能教给她的人生智慧, 却让每一堂赏析课都有了温度。也正因如 此,十年间,她把从学员身上了解到的这些 鲜活的观画感悟融入课程,让原本单一的 知识讲授,变成了有故事、有共鸣的艺术交 流,这恰是学员赋予课程的生命力,也是学 员的反馈,让她的课程越来越丰盈。

守传统融科技 让古画在环屏里"复活"

卷轴从中间向两侧缓缓打开,和着国 风音乐的流淌,恢宏的《千里江山图》在 荧幕上徐徐铺展环绕,高山流水被动态 演绎,在沉浸式环屏体验教室里,老年学 员仿佛就置身在璀璨的绿水青山中,目 不暇接。

"大家猜猜看,这幅画的原作有多 长? 现在又收藏在哪儿?"……在与刘敏的 互动中,学员得知,真迹很难看到,但12米 画作的细节里藏着太多的故事。在视觉震 撼和好奇心的驱使下,新课便开始了。

这是今年10月中旬刚刚首秀的"传 统绘画赏析•千里江山图",通过沉浸式的 观感和触屏互动,在老师的讲解下,了解 画作的历史背景和画家生平, 讲而体验国 画的绘画技巧和创作过程。

刘敏说,十年课程迭代,自己始终以 "守传统、融科技"的思路,以美术专业夯 实课程根基,用新鲜技术拉近学员与艺术 的距离,打起普及传统文化的责任。

当平面古画在环屏里"复活",学员仿 若走进画中的山水庭院。交互式设计让 他们点一下画里的插件,就能听到技法讲 解, 色彩知识讲解, 计艺术不再高深草测, 而是变得"可行可走"和"触手可及"。

"纸寿千年绢八百",1000多年的古 画何以保存至今,这背后也关乎一个珍 惜、热爱和坚守的故事。教学中,刘敏总 是满含感动地讲述。

打磨 AI 智能体 "张择端"穿越来授课

虽是艺术教学领域,但90后对新鲜技 术有着天然的敏感。刘敏把平时总爱琢磨 的AI工具,变成帮助老年学员"玩着学"的 课堂帮手,让课程既守得住传统,又跟得上 时代。在《千里江山图》之前,刘敏已经在 《清明上河图》的赏析中用上了AI教学。

她想,如果让"张择端本人"来聊画,

会不会有不一样的课堂水花? 她先用豆 包AI 生成了一个形象——穿宋代服饰的 年轻男子,再用即梦AI让他"活"起来,让 他站在现代展厅里,刚好对着自己的《清 明上河图》,开口邀请学员:"大家好,我是 张择端,今天想和你们聊聊我画里的汴京

传统与科技在课堂共生

文化"活"起来学员"乐"起来

把这段动态视频用来做课程引子,一 下子就抓住了大家的注意力。之后,刘敏 还做了"张择端智能体",视频没讲完的内 容、学员好奇的细节,都能以"张择端"的 口吻互动答疑。原本有着距离感的古画, 突然就有了"对话感",而且在课堂之外仍 然可以开展无限学习。

一发而不可收,刘敏又制作了其他两 个智能体:一个是"笔刷同学",当学员课后 琢磨绘画技法时,它能随时答疑,像个24 小时在线的教学小助手:还有"小刘老师", 那是刘敏自身的一个智能体,除了补充分 享美术知识,还能帮大家查"上海今天有哪 些艺术展""展览里有哪些必看作品"。

"学员语音提问,智能体语音回答,解 决了老年学员打字的麻烦和看小字的不 便。"刘敏说,这些尝试不只是让课程变得 有趣,更意外的是帮老年学员拉近了和AI 的距离。他们从"没听说过AI"到"向AI 问画展,问技法",甚至会主动跟她聊"这 个智能体真方便"。这何尝不是帮助老年 学员跨越数字鸿沟,让他们跟随时代,不 脱离社会,与时俱进的一个好办法?

刘敏说,老年美术教育从来不是重复 教学,而是在传统与现代的碰撞中,不断 寻找让文化"活"起来、学员"乐"起来的方 式。她用专业知识把传统文化拆解成可 互动的内容,再用技术手段搭起桥梁,既 计传统绘画不再高冷,也计学员感受到 "科技不是年轻人的专利",这也是课程十 年迭代里,最让她有成就感的地方。

"未来,我想继续打磨课程,既守住传 统文化的根,也用好科技的力,陪学员在 艺术的海洋里,继续感受生活与时代的美 好。"刘敏期许着说。

当"萌新"教师遇见银发学员 谁说老年大学只能"慢节奏'

相比刘敏从教十年,1999年出生的 体育大学,都有很厚实的专业底蕴,又有 南紫柔,是虹口区老年大学2024年招聘 的最年轻的教师之一。一年后的今天, 这名"萌新"已是备受学员喜爱的舞蹈

作为舞蹈编导专业的硕士毕业生. 与身边同学相比,她的择业多少有点"出 人意料",实则却饱含深意,不仅为老年 大学注入更为蓬勃的青春活力,也让自 己在这份独特的为老事业中绽放出光 彩,收获成长与蜕变。

以创新回应渴望的双眼

南紫柔在东北师范大学读硕士研究 生时,接触到为退休教职工上舞蹈课的 社会实践,年逾六旬的学员展现出的热 情,深深触动着她。这些老年学员并不 满足干"随便动一动",而是渴望真正学 会、学精,甚至主动追问"这个动作标准 吗""该用怎样的情感表达"。后来,在网 站上看到虹口区老年大学招聘启事时, 命运的齿轮开始转动。经过一番考核, 她顺利入职。

老年学员认真练习每一个动作,课 后反复琢磨,脸上洋溢的笑容,是南紫柔 从未在其他数学场景中见到的纯粹与直 垫。这种热情驱使她用创新教学去回应 那一双双渴望知识与讲步的眼睛。

和《千里江山图》同期亮相的原创新 课"武戏",以自然界植物的生长姿态与 精神气质为灵感,编创出圆柏戏、劲草 戏、松枝戏、藤蔓戏、春笋戏、文竹戏、柳 条戏和胡杨戏八大独特且韵味十足的武 戏动作。每节课针对特定身体部位进行 科学训练,让学员在强身健体的同时享 受表演的乐趣,在润物细无声中发现美、 表达美、创造美。

这门新课,就是由南紫柔和另外两 名硕士毕业的青年教师谭湘媛、荣磊一 起组成的互补研发团队联合研发的。谭 湘媛是1999年生人, 荣磊则是1994年 生人,分别毕业于南京师范大学和上海 信这份事业的意义和价值。"南紫柔说。

创新的冲劲。

老年学员绝非暮气沉

沉的代名词,他们有着巨大

的学习潜力和创造力。他

们很想要更创新、更个性化

的内容,对于AI等新科技

也有很高的接受度。另

课程中,南紫柔、谭湘媛负责艺术融 合设计,把控舞蹈与武术动作的衔接适 配,将植物形态的灵动与精神气质的内 涿融入动作编排,同时统筹课程的节拍 韵律、谏度调控、音乐搭配及视觉呈现效 果,确保艺术感染力:荣磊作为专业武术 教师聚焦动作核心,注重规范武术动作 的专业性,并严格把控每个动作的健身 科学性与实操有效性,适配不同学员身

学员满意就是最好的激励

计南紫柔开心自豪的是,课程创新突 破单一艺术教学边界,将武术、舞蹈、音 乐、诗词、书画、自然科学与数字技术等多 种元素巧妙结合,搭配180°沉浸式触感 环屏设备,又为学员打造沉浸式练习与 展演场景,实现传统艺术、人文素养与现 代科技的融合。"我们还设计了课程的便 携式手册和学习资料,供学员参考学 习。"南紫柔对此"打CALL"。

学员的特点、需求和反馈,就是这些 老师不断调整教学思路和"爆改"课程的 "缪斯女神"。南紫柔观察到,老年学员 绝非暮气沉沉的代名词,他们有着巨大 的学习潜力和创造力。他们很想要更创 新、更个性化的内容,对于AI等新科技也 有很高的接受度。

有的学员希望把舞蹈动作编成"三 五分钟的操",方便在家练习,有的学员 想把舞蹈融入模特走秀,让表演更丰富 ·南紫柔开始为学员"量身定制"舞蹈 动作: 弯腰有困难, 就换成手臂动作; 幅 度太大不适应,就调小幅度和力度…… 几乎每个舞蹈作品,都进行了二次改编。

"不久前,一群学员在外旅行时,还在 风光秀丽的目的地拍之前所学的舞蹈视 频给我看,在那一刻,'老有所学,老有所 乐,老有所为'有了具象感,也让我再次确

虹口区老年大学这几年加大招揽青年教师的力度,目前, 90 后青年教师已占全体教师比例是70.7%,其中95 后占 全体教师比例是46.3%,00后占全体教师比例是29.3%, 研究生以上学历的青年教师占全部90后的96.6%。2025年 的招聘中首次有了00后加盟。

"银发课堂"涌动青春潮

——上海老年教育活力观察

青年报记者 刘昕璐

本报讯 和"青春养老人"开始步 入养老院发挥专业才干相似,近年来, 更多的年轻人和高学历人才愿意并喜 欢投入老年教育工作中。他们专注, 有爱心,更有着年轻人特有的方法和

就虹口区老年大学来说,这几年它 加大招揽青年教师的力度,目前,90后 青年教师已占全体教师比例是70.7%, 其中95后占全体教师比例是46.3%,00 后占全体教师比例是29.3%,研究生以 上学历的青年教师占全部90后的 96.6%。2025年的招聘中首次有了00

"他们全部毕业于'985'或'211' 高校,他们的加入,给老年教育工作 带来全新的气象,有全新的课堂教学 方式、全新的师生交融方式,有全新 的教学内容、全新的思维和生活方 式,全新的数字化的学习体验,全新 的老年教育新活力、新生命。"虹口区 老年大学校长张阳直夸这些年轻人 的蓬勃活力。

没有既定的教材,没有条条框框的 "必须",让这些年轻人得以尽情挥洒才 华。可以说,正是这些年轻人的到来, 加速激活既有课程的迭代创新。最近, 华东师范大学美术硕士刘敏,宁波大学 教育技术学硕士张梦诗以及东北师范 大学的舞蹈硕士南紫柔还决定"组团出 道",作为90后年轻人,他们还跨学科 联手创课。

"我们这门课为'敦煌文化课程'。 核心是围绕敦煌'飞天'主题来创排 的。课程最大的亮点是融合,希望把中 华传统绘画艺术、经典敦煌舞蹈和人工 智能技术深度结合起来。"刘敏介绍,主 创老师将借助AT的叙事, 作词, 作曲, 作画等功能,让传统的敦煌文化以更鲜 活的形式呈现出来,可以说是一门"传 统文化+科技"的融合课。

在教学中,这些青年教师不仅想发

挥各自专业所长,也带着对传统文化的 热爱和对老年教育的热情,用当下的AI 技术当"桥梁",为传统文化注入了新活

力,让"老传统"遇上"新科技"。

"打破传统文化的传播边界,就是 课程最亮眼的创新点。"三位老师期 待,老年学员既能欣赏和学习敦煌舞 蹈的柔美、敦煌绘画的精髓,又能接触 并掌握人工智能的基础技能,真正实 现"在体验中学习,在学习中收获"。 目前,这门充满创新和生命力的课程, 正在积极创排中,预计在今年底明年 初和学员见面。

"我希望,未来还能把机器人和舞 蹈结合起来,让老年人和机器人共舞。' 南紫柔说。这个看似"大胆"的想法,正 是她作为年轻教师的优势——敢于想 象,勇于实践。她坦言,最初并没有预 设过自己会走上这条路,"身边的同学 大多去了中小学、高校或是培训机构, 从事老年教育的非常少",但在上海这 一干全国率先提出建设学习型城市的 地方,她找到了自己的位置。

秋日的暖阳里,南紫柔望向学员 那明媚的笑脸,让她读懂了"老有所学, 老有所乐"的具象、幸福感和获得感, "这也得益干我们整个国家的发展,而 且,学员不仅仅报一门课程,很多达人 基本上琴棋书画诵吃,这种满满的活力 也会打动我,让我有燃烧不尽的热情投 入 这 份 事 业。'

今年10月中旬举行的首届上海 老年学习课程展上,聚集了一批首发 新课,从金融素养防诈骗,到智能设备 使用,线上社交等内容设计教学,到 "新龄美"形象管理系列课程,上海正 在多方位助力长者提升生活学识、审

年轻人关注并参与到这一蓬勃发 展的老年教育事业中来,也让青春与夕 阳在双向奔赴中辉映,照亮彼此的人生 旅程,在岁月的长河中留下温暖而深刻 的印记,为构建终身学习型社会注入力

