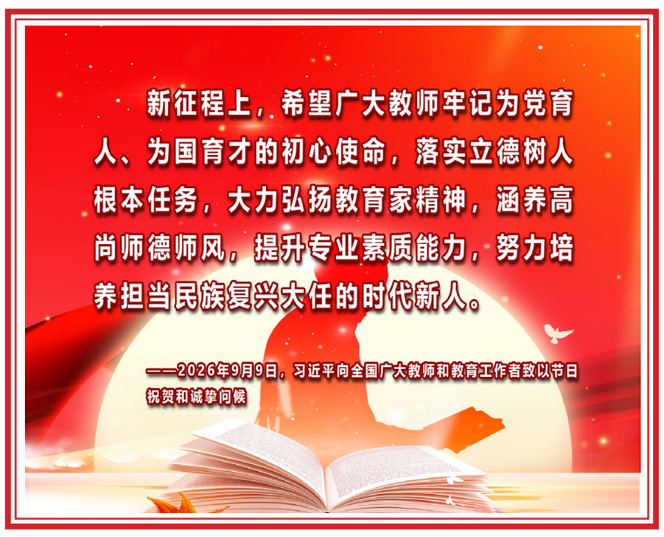
天津老年大学报

2026 年 第 5 期 （总第 467 期） 2026年9月30日 天津市老年人大学主办 地址：天津市河西区西园道 1 号 网址：http//www.tjnrdx.cn 邮箱：inrdxxcyjs@163.com 内部资料 学习交流



凝心聚力启新程 笃行实干开新局

2026-2027 学年第一学期开学全体工作人员大会部署新学年目标任务

本报讯（通讯员王丹）为全面总结暑期重点工作，科学研判学校发展新形势，统筹部署新学年目标任务，统一思想、凝聚合力，扎实推进新学年教学管理服务等各项工作，8 月 25 日，天津市老年人大学 2026-2027 学年第一学期全体工作人员大会在陶然楼礼堂召开。校领导班子出席会议并讲话。

会上，李荣书记对暑期工作进行了系统全面总结。暑假期间，各部门坚守岗位、协同发力，顺利完成招生收尾、校园设施维修改造等基础保障工作；学校学员代表队在华北五省市舞蹈比赛中斩获两项金奖，充分展现了我校老年教育办学成果和师生昂扬向上的精神风貌。

她强调，要始终坚守“姓教”根本办学定位，强化政治治校、依法治校，确保办学方向正确、发展路径清晰，在新学期要高标准完成各项工作任务。

贺兰芳副校长围绕教学工作作出六项部署：一是强化课程开发，每年新增课程、新层次课程不少于 30 门，10 月启动新课程论证；二是规范教学大纲管理，以精品课、优秀课大纲为标杆，完成 30 余门课程大纲修订；三是完善全流程教学督导，综合督导、指导、评估，夯实教学质量；四是稳定办学规模，确保年注册学员稳定在 2.2 万人次以上；五是推动教学招生深度融合，实现信息互通、资源联动；六是规范实践教学，严格落实管理细则，纳入常态教学，严守安全底线。

刘桂祥副校长重点部署了校园安全与宣传服务保障工作。一是开学前全面排查设施设备安全隐患，核查假期整改落实情况；二是开学后健全学员安全保障机制，完善突发健康状况应急处置流程；三是严明宣传纪律，规范信息发布审批程序。

此次会议既是暑期工作总结会、发展形势研判会，也是新学年任务部署会、思想动员鼓劲会。下一步，全校教职工将以会议精神为指引，凝心聚力、实干笃行，高标准推进教学运行、队伍建设、学员管理、校园安全等重点工作，以务实作风保障各项任务落地见效，奋力谱写我校老年教育高质量发展新篇章。（王丹图）



教师大会表彰先进

本报讯（通讯员王丹）在第 42 个教师节即将来临之际，8 月 29 日上午，天津市老年人大学召开 2026—2027 学年第一学期教师大会。校党委书记李荣，副校长贺兰芳、刘桂祥，天津市民政局老龄工作处副处长段磊出席。会议由贺兰芳主持。各系、处室负责人、全体教师、督导员、新入职人员等 280 余人参加会议。

大会对在教学质量、教材建设、课程创新工作中表现突出的先进个人和团队予以表彰。28 名优秀教师、5 部优秀教材、18 门课程受表彰。 刘桂祥宣读表彰决定。校领导为优秀教师、优秀教材、优秀课程、精品课程、特色课程团队代表依次颁奖。

李荣在讲话中全面总结过去一年学校在教学改革、课程开发、师资队伍建设方面取得的成效，分析新时代老年教育面临的新形势，对新学期教育教学工作提出明确要求。

会议号召全体教师以先进典型为榜样，凝聚全校教师力量，厚植敬老情怀，深耕老年教育事业，用心打造长者乐学修身的精神家园、终身学习的文化殿堂、全市老年教育高质量发展的标杆阵地。

表彰环节后，教学成果展示活动拉开帷幕。学校艺术团献上精心准备的文艺节目向全体教师致以教师节的诚挚祝福。二胡齐奏《战马奔腾》气势磅礴，气功表演《四季气韵》舒展悠然，民族舞《九河醒》韵味悠长，女声独唱《我爱你中国》深情昂扬，服饰表演《祖国之恋》典雅大方，芭蕾舞《致敬春天》灵动优美。一个个精彩纷呈的节目，充分展现我校学员老有所学、老有所乐的银龄风采，现场掌声不断，氛围温馨热烈。（戴隆武图）

强化教学督导 筑牢质量根基

我校召开 2026-2027 学年第一学期督导员工作会议

本报讯（通讯员李桂梅）9 月 10 日，我校 2026—2027 学年第一学期督导员工作会议在秋实楼 226 会议室召开。会议旨在部署新学期教学督导各项任务，统筹安排期初“三新课”专项听课工作，以高水平督导助推教学质量与教学管理水平双提高，为广大学员打造优质和谐的学习环境。学校党委书记李荣、副校长贺兰芳出席并讲话。会议由教务处负责人主持，全体教学督导员参加会议。

李荣代表学校向全体督导员致以诚挚的节日问候，在讲话中充分肯定了教学督导工作在老年大学内涵发展进程中的重要作用，对新学期督导工作提出三点希望与要求：

一是要牢牢坚守老年教育姓“教”的根本定位，按照老年教育规律，严把教学质量关口，充分满足广大学员学习需求；

二是加强教学过程精细化管理，突出工作重点，抓好“两头”，有针对性地开展督导工作；

三是希望全体督导员秉持高度的责任感与使命感，深入教学一线，精准把脉课堂，科学指导教学，助力学校教育教学工作再上新台阶。

贺兰芳详细解读新学期教学工作六项重点工作，明确了“做好质量把关人、做好沟通桥梁纽带、做好适老化参谋”督导工作三个核心定位，并就督导三个重点任务与全体督导员进行交流。会上，教务处就新学期督导工作重点任务、工作要求及听课安排作出具体部署。



由我校和市老科技工作者协会携手共建

天津市老年科技大学学习中心揭牌

本报讯（通讯员王丹）9 月 18 日上午，天津市老年科技大学学习中心揭牌仪式暨科普报告会在天津市老年人大学陶然楼 4 楼礼堂隆重举行。天津市老年人大学党委书记李荣与天津市老科技工作者协会常务副会长陆为民共同为 “天津市老年科技大学学习中心” 揭牌。天津市老科技工作者协会相关领导、天津市老年人大学校领导、学校相关处室负责人及师生代表共计 150 余人参加本次活动，活动由天津市老年人大学副校长贺兰芳主持。

天津市老科技工作者协会在科学普及、提升全民科学素质方面具备独特优势，天津市老年人大学作为全市老年教育主阵地，持续丰富老年人精神文化生活。双方携手共建老年科技大学学习中心，是落实积极应对人口老龄化国家战略，推进老年教育与科技教育深度融合的重要实践，有助于帮助老年人跨越 “数字鸿沟”，共享科技发展成果，也是学校拓展办学功能、提升办学层次的重要举措。

此次学习中心的揭牌，标志着我市老年科技教育工作迈出实质性一步。该学习中心将立足老年群体实际需求，开设智能技术应用、科学健康管理、文化艺术等特色课程。

揭牌仪式后，我校计算机系优秀教师刘青作题为《用好 AI 自制美图》专题科普讲座。（戴隆武图）

翰墨飘香 硕果盈枝

我校师生在老年书法作品展获佳绩

本报讯 由天津市书法家协会主办的天津市第二届老年书法作品展评审结果日前揭晓。我校书法系师生凭借扎实的笔墨功底、精湛的创作技艺斩获丰硕成果。

本次展览时隔十二年再度举办，是全市老年书法领域重要的专项展示平台，经评委会严谨公正评审，共评出 89 件入展作品、96 件入选作品。我校师生表现亮眼，再创群体佳绩，共有 4 名教师、22 名学员作品入展，1 名教师、30 名学员作品入选。其中，我校入展学员占全市入展总人数 22.72%，入选学员占全市入选总人数 31.25%，充分彰显了书法系雄厚的办学实力、成熟的教学体系与突出的群体创作优势。

优异成绩的取得，得益于书法系系统化、精细化的赛事备战工作。赛事启动后，书法系第一时间推送征稿信息、解读参赛规范，引导师生精准备赛。同时，聚焦学员创作痛点，精心组织三场专题名师讲座，全方位夯实学员创作功底。韩嘉祥、邵佩英、黄文新三位书画名家先后受邀授课，分别从传统文化与文字理论、投稿规范与创作技巧、临创实操与赛场赋能等维度精准授课，为学员理清创作思路、规避参赛误区、提升作品格调提供专业指导。

为进一步打磨参赛作品质量，天津市书法家协会联合我校举办专项看稿辅导活动。原中国书协副主席、天津市书协主席张建会领衔四位津门书法名家莅临现场，一对一为学员作品点评答疑、精准纠错、优化章法。学校党委书记李荣出席活动并致辞。精准的靶向辅导直击学员创作短板，有效拓宽了学员的创作视野，极大提振了银龄学子的创作热情与参赛信心。（邵馨萍文、吴宝华图）



双舞绽芳华 赛场摘两金

我校原创舞蹈斩获华北五省市（区）大赛金奖

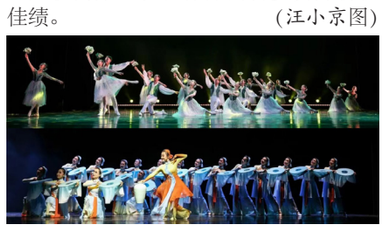
本报讯（通讯员 汪小京）第十二届华北五省市（区）舞蹈大赛 7 月 16 日至 22 日在天津隆重举办。本次赛事由京、津、冀、晋、内蒙古五地文联联合主办，各省市舞蹈家协会联合承办，是华北地区规格最高、覆盖面最广、极具影响力的区域性专业舞蹈赛事。我校艺术团芭蕾舞班、民族舞班原创作品《致敬春天》《九河醒》亮相老年群舞组别，在 20 支优秀参赛队伍中脱颖而出，一举斩获创编金奖、表演金奖两项重磅大奖。

赛事筹备及参赛期间，副校长刘桂祥为两支艺术团参赛学员鼓劲壮行，慰问一线指导教师与后勤服务人员，充分肯定大家四个月以来刻苦训练、反复磨合的不懈付出。

两支原创舞蹈风格迥异、各展风华。民族舞《九河醒》深耕津沽本土文脉，以天津母亲河海河为精神载体，依托千年古法酿酒技艺创作而成。舞者以灵动柔美的肢体语言，娓娓勾勒直沽百姓依河而居、以酿寄情的生活画卷，从河畔劳作、古法酿造的日常景致，到佳酿成型、万民欢腾的喜庆场景层层递进，生动展现津门独特的水乡酿造文化与温润烟火气息。原创芭蕾《致敬春天》专为银发舞者量身打造，春日舒缓旋律萦绕舞台，老年舞者以足尖为笔、以身姿为墨，开合流转的队形兼具古典芭蕾优雅线条之美，融合长者岁月沉淀的从容通透，用跳跃、旋转的优美舞姿，诠释对生活与生命的热忱，致敬盎然春光，礼赞不老芳华。

7 月 22 日晚，本届大赛优秀作品展演在天津光华剧院圆满落幕。展演汇聚五地精品佳作，涵盖多组别、多元舞种。我校《致敬春天》作为天津市唯一老年参演节目登台展演。天津市舞蹈家协会主席张浩、副主席兼秘书长程伟航到后台慰问了学员，对我校舞蹈原创实力与舞台表演水准给予高度评价。

该赛事始创于 2000 年，每两年举办一届。我校艺术团第六次征战此项赛事，也是校内第三次双作品同台参赛并斩获佳绩。（汪小京图）



弦鸣津沽 乐续芳华

我校艺术团获民乐大赛一等奖



本报讯（通讯员汪小京）“弦鸣津沽 乐续芳华” 天津市第十二届民乐大赛决赛日前落幕。我校艺术团民乐团登台参赛，喜获佳绩。

本次大赛由天津市文化和旅游局主办、天津市群众艺术馆承办，是我市品牌民乐赛事。大赛设置专业组和业余组，为民乐爱好者搭建展示交流平台。赛事吸引全市众多民乐队伍参与，经过线上初赛遴选，二十一支队伍晋级线下决赛同台比拼。

备赛阶段，乐团学员克服诸多困难坚持排练。指导李鸣放精雕细琢乐曲细节，打磨声部配合与舞台表现。

决赛现场，乐团带来二胡齐奏《战马奔腾》。弓弦齐响，节奏激昂，乐曲生动描绘骏马驰骋的壮阔场景。演奏整齐投入，富有感染力，赢得评委与观众热烈掌声，最终力压群芳以 9.93 分最高成绩荣获一等奖。

以乐会友，老有所乐。此次参赛选手不乏年轻的专业乐手，而我校乐团学员是平均年龄 67 岁以上的老者，他们舞台演奏经验丰富，台风稳重大方，与中青年乐手同台竞技，既是技艺的比拼，也是艺术交流。学员们在舞台上领略民乐魅力，学习其他团队长处，充分展现我校学员积极向上的精神风貌。

今后，民乐团将继续深耕民族器乐教学，打磨精品节目，传承民乐之美，丰富校园文化生活。（蔡学成图）

规范教学强本领 厚植温情启新程

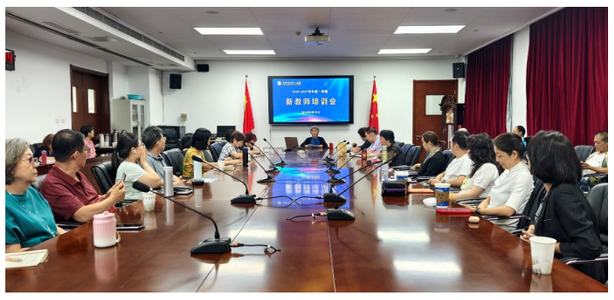
我校举办新教师专题培训

本报讯（通讯员李桂梅）为进一步夯实老年教育师资队伍建设，帮助新入职教师把握老年教育教学规律，提升课堂教学质量，8 月 29 日，我校召开 2026-2027 学年度第一学期新教师专题培训会。副校长贺兰芳出席并讲话。会议由教务处负责人主持。各系主任、全体新教师及工作人员共 50 余人参加。

本次培训以“规范教学管理 厚植师德温情 共建高品质老年大学课堂”为主题，按照学校“内涵发展，质量强校，教学、管理双提高”的办学方针，围绕本学期教学重点工作开展专题培训。教务处相关人员重点解读了课堂教学设计要求，对教学计划编制、表格化教案撰写、学期备课与分课时备课等实操要点进行了细致讲解。同时梳理了课堂教学常见问题，对备课授课、课堂时间管理、分层教学、师德言行及课堂安全提示等提出明确要求。

贺兰芳在讲话中结合本学期教学重点工作，对教师提出要求：要“认清一个定位、把握两个维度、抓好三个环节”，争做“有理想信念、有道德情操、有扎实学识、有仁爱之心”的好老师。希望各位教师坚守育人初心，厚植教育情怀，以饱满的热情、昂扬的斗志投入到教学工作中。

参加培训的新教师纷纷表示，将把所学转化到教学实践当中，将自身专业优势与老年学员学习特点相结合，共同打造有温度、高质量的老年教育课堂。（戴隆武图）



媒体聚焦我校开学



本报讯 新学期伊始，本市各主流媒体纷纷到我校探访报道，全方位展现新时代天津老年教育的蓬勃生机。

各媒体记者深入教学一线，沉浸式走访课堂，通过对校领导、教学系负责人、任课教师及学员的深度访谈，重点聚焦学校课程创新、教学提质与适老化服务成效，定格老年学员主动学习、乐享生活的鲜活画面，挖掘办学亮点。开学第一天，天津广播电视台在天津卫视和新闻频道同步播出了天津市老年人大学新学期新增 42 门新课程，吸引众多银发学子走进课堂的新闻。同一天还在新闻频道《都市报道 60 分》节目中，把镜头伸进课堂，展示了师生们昂扬的精神面貌。记者现场采访了多名学员，学员们纷纷表示在这里学习很充实。在其后一天播出的都市频道《消费者》节目，则用更长的时长，把课堂内外一个个生动的学习场景活灵活现地展现在观众面前。在电视记者以镜头优势记录教学相长的鲜活场景的同时，平面媒体也不遑多让，中老年时报把《天津市老年人大学开学 四十余门新课程点亮银龄新生活》的新闻刊发在了头版头条位置。今晚报、津云等媒体也先后报道了我校新学期新增 40 余门新课程的消息。

在接受媒体采访时，教师们表示将深耕教学、因材施教，打造适配老年学员的生动课堂；学员们纷纷点赞，坦言在校园里收获了知识、友谊与快乐。（秋晏文、图）

八旬老学员丹青谢师恩

教师节来临之际，我校绘画系八十一岁的老学员乔立元怀着对母校的无限挚爱与眷恋，精心创作了一幅《师恩难忘》赠予母校，以此表达对母校和恩师的深情厚谊。（李炜文、秋晏图）

总 编 辑：李 荣
副总编辑：贺兰芳
主 编：李燕侠
责任编辑：曹津生
排 版：戴隆武

丹心授地理 雅课润桑榆

——记文史外语系优秀教师 王丽

在天津市老年人大学的课堂上，生动精彩的世界旅游地理课程早已成为众多银发学员退休生活中满怀期许的精神慰藉。来自天津师范大学的王丽老师深耕地理教学多年，始终怀揣对老年教育的热忱，将万里山河与世界风物巧妙浓缩于一方讲台，深受广大学员的喜爱与称赞。

王丽老师的课堂底色是扎实严谨。地理知识包罗万象，数据繁杂、地域辽阔，极易陷入枯燥晦涩的困境。她备课时对每一组地理数据、每一处地域概况、每一项人文记载都反复核对校验，确保授课内容字字有据。她授课语言凝炼通俗，不使用艰涩术语，寥寥数语便能厘清地域脉络、讲透地理渊源。从区位到风土人情，从自然景观到人文历史，环环相扣，让老年学员听得懂、记得住、学得透。

贴合老年学员的学习节奏与认知特点，王老师巧用精美图片与视频辅助教学，让大家足不出教室便能直观领略各地山川形貌、古城风貌与市井烟火，打破空间阻隔，沉浸式完成环球览胜，整堂课氛围轻松、暖意融融。

讲解欧洲板块时，她聚焦意大利、瑞士、法国、西班牙等国的世界文化遗产地标，深入挖掘古迹背后的历史底蕴、建筑特色与文化传承，让学员在赏风光、学地理的同时，读懂世界文化的博大精深。

一堂地理课，万里山河情；一份师者心，温暖桑榆心。跟随王丽老师学习，老年学员既拓宽了眼界、增长了学识，更丰盈了晚年精神生活。

（左英明文、王春图）



茶香润晚晴 匠心传雅韵

——记生活艺术系优秀教师陈琪

秋日庭前桂香浮动，天津市老年人大学的茶艺教室内，清茶袅袅、雅韵悠悠。生活艺术系茶艺与养生专业教师陈琪，深耕老年茶艺教学一线，以专业匠心传承中华茶文化，以温润初心陪伴银发学员品茗修心，为长者的晚年生活添一抹清雅茶香。

身为专业评茶师，陈琪功底扎实、学识广博，精通绿、红、青、黑、白、普洱等各类茶品，熟稔茶叶产地工艺、冲泡技法、品鉴储存等全套专业知识。针对老年学员的学习节奏与特点，她摒弃晦涩的专业术语，将博大精深的茶文化拆解为浅显易懂、易学易用的内容。



三尺茶台藏匠心，一言一行显风雅。课堂上的陈琪从容雅致、温柔耐心。温杯、投茶、注水、出汤，整套行茶礼仪行云流水、气韵悠然。授课中，她手把手纠正学员冲泡手法，细致拆解水温、器具、出汤时长对茶汤口感的影响，逐一解答学员疑问，细致入微的教学风格深受学员喜爱。

学茶重在修心，育人贵在育德。陈琪始终秉持“茶艺养身、茶道修心”的教学理念，将茶艺与养生深度融合。她不止传授冲泡技艺，更借清茶传递平和从容的生活智慧，引导学员在习茶品茗中修身养性、舒缓身心、涵养气度。她谦和质朴、言传身教，让清雅温润的茶道精神浸润课堂每一处角落。

（杨萍、李丽萍文，李丽萍图）

与自己身心和平相处

——记健身养生系优秀教师王璐璐

健身养生系的瑜伽老师王璐璐不仅教会了学员如何伸展身体，更让学员们学会了如何与自己的身心和平相处。

每一次上课，王璐璐老师都是先复习和练习上节课内容顺便带大家热热身，然后开始教练新体式。她耐心细致地讲解、规范标准地示范，不厌其烦地带大家反复练习、纠正、分组再练习、再纠正。在她的引导下，学员们呼吸变得平稳，思绪渐渐安静，那些平日里挥之不去的焦虑和压力，仿佛被汗水一点点带走。

每一次下课后，王璐璐老师都会把课上体式动作录制成小视频发到班级微信群方便大家在家跟练。以下是王璐璐老师微信内容节选：

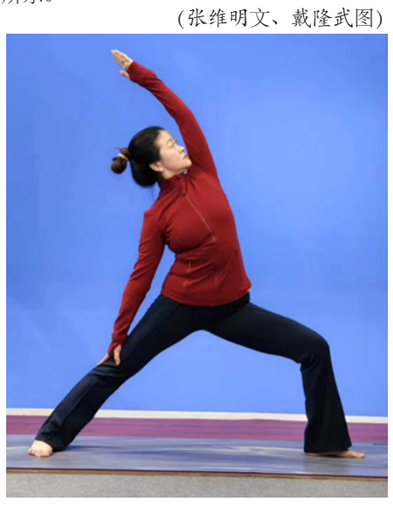
“明日课程内容：复习踩球、抓手、猫牛式、脊柱流动。学习夹球绕动、虎式、下犬式。

“明日课程内容：1、大家需要带 2 块瑜伽砖和一对小球 2、复习猫牛式、脊柱流动、踩球、绕肩 3、继续练习虎式 4、精讲下犬式、跪坐”。

“本周作业：小球练习、抓手 100 个、手腕及手臂螺旋、猫牛式、虎式下犬式”。

学员们这样描述瑜伽老师王璐璐：她让我们懂得瑜伽的习练目标是有意识地发展和培养自己的感受力，通过专注的体式练习去培养外在的感受力，通过专注在体式中呼吸练习培养内在的感受力。慢慢地与当下的发生产生更清晰的链接，过去和未来对我们的干扰会慢慢减少。通过这种“专注在当下的动作与呼吸”的有意识的锻炼，让意识回到正念中，充分享受到老年大学的愉悦学习生活，老有所学，老有所乐。

（张维明文、戴隆武图）



舞韵晚晴 德耀杏坛

——记舞蹈戏曲系优秀教师李维秀

李维秀老师，国家二级裁判、一级教师，2017 年来我校舞蹈戏曲系担任拉丁舞教师。多年来，李老师深耕老年拉丁舞教学，结合自己多年的舞蹈经历和教学经验，针对老年人身体机能和拉丁舞的特点，总结出慢一点、细一点、活一点、有趣一点，适合老年朋友的教学方法。

她因人施教，根据大家的身体状况和舞蹈基础情况，把拉丁舞的动作灵活分解、放慢节奏，每一个基本步、每一次转身、每一组手位，她都反复示范、逐一纠正，引导每个学员逐步消化。



老年学员因为身体原因或者家里有事会临时缺课，李老师就趁着早晨这段时间，把他们落下的内容讲一讲，为这些学员补课。下课之后李老师也坚持最后一个离开教室，为理解慢、记忆差的学员解疑答惑。为了让学员夯实舞蹈基础、精进动作技巧，她利用课余时间无偿开设第二课堂，只为帮助学员巩固课堂所学，为零基础入门、肢体协调性较弱的学员提供帮助。

在老年大学任教这些年来，李老师与学员们建立了深厚的感情，在学习上潜心教授，在生活上关怀备至，深得学员们的信任。在她的带动下，学员之间互帮互助、团结友爱，整个班级洋溢着温暖和谐的氛围。她以舞育人、以情暖人，让一群花甲之年的学员在音乐与舞步中找到了自信与活力。

（刘利文、图）

如沐春风墨香远 廿载耕耘育晚晴

——记书法系优秀教师王冠一

在天津市老年人大学，提起王冠一老师，学员们总会不约而同地提到一个词——“如沐春风”。这份温暖，不仅源于他儒雅谦和的气质，更来自他二十载如一日的坚守与付出。

王冠一老师执教老年大学书法系二十年，是学校系列规划教材书法系首本教材《兰亭序行书技法》的编写者。他探索出一套深入浅出、快乐学习的教学风格，边讲解边示范，让枯燥的书法课灵动起来。“快乐书法快乐学”，是王老师始终坚守的教学理念。

然而，快乐学习的背后，是王老师不为人知的辛劳。王老师随身携带的那个大书包里面装满了同学们的作业。王老师将作业带回家中，利用休息时间逐张批改。一周承担六个班的教学任务，作业量之大可想而知。那一张张用红墨水精心批改过的作业上，每一个批注都是被点亮的困惑、被纠正的偏差。

以人格育书格，修身立范，不计较个人得失、淡泊名利、勇于奉献，是王老师人格魅力的彰显。他时常将“书品合一”的理念传授给学员，鼓励大家传承中华优秀文化传统，一步一个脚印踏踏实实做人，在提高书写能力的同时提升自身修养。在王老师的悉心指导下，学员们书法水平迅速提高，不少作品在不同级别书法展上亮相获奖。

今年三月，“如沐春风——王冠一师生教学成果展”开展。一百四十八幅学员佳作荟萃一堂。一位学员动情地说：“在王老师门下，我们不仅学习写字，更领悟汉字背后的文化精神。书法为我们的晚年生活注入了诗意与力量。”（吴宝华文、邢书娟图）



笔墨丹青绘晚晴 德艺双馨润人心

——记绘画系优秀教师徐博权



提笔落墨间，山石嶙峋、花鸟灵动；言传身教中，不仅传授笔墨技巧，更传递着从容优雅的生活态度。绘画系写意花鸟班任课教师徐博权近日被评为天津市老年人大学优秀教师，这份荣誉是对他精湛画艺的肯定，更是对他无私奉献、悉心育人的最高褒奖。

徐老师的课堂上，既有初次握笔、对国画一窍不通的初学者，也有跟随他学习多年、功底日渐深厚的老学员。他同时承担多个层次不同班级的教学工作，针对不同基础、不同阶段的学员，因材施教，量身指导。面对零基础的学员，他从不急于求成，从最基础的握笔姿势、运笔技巧耐心教起；面对已有一定功底的高年级学员，他则侧重引导创作思维与艺术个性的表达。他常说：“国画讲究‘意在笔先，画尽意在’，心静了，笔下的线条才能活起来。”

走进徐老师的课堂，就像走进了一场小型画展。他提笔、蘸墨、落纸，动作行云流水，寥寥数笔便见山石嶙峋、枝叶迎风。墨色浓淡相宜，线条刚柔并济。遇到理解慢的学员，他总会放慢节奏，手把手指导调墨、构图。在他的悉心点拨下，初学者笔下的作品从最初的呆板生硬，渐渐有了气韵与神采；高年级学员则在创作班上不断突破，作品愈发成熟。

徐老师温和谦逊，待学员如老友。学员们退休后的日子因国画而充实多彩，在笔墨纸砚间寻得内心的宁静与欢喜。这正是老年教育的意义所在。

（李炜文、邢纪琨图）

把中医课堂搬进学员生活

——记医学保健系优秀教师李岩琪

2026 年是李岩琪在老年人大学任教的第十个年头。十年来，她的中医课从未中断过——哪怕是在她远赴澳大利亚访学的一年里，她克服时差困难，为天津的老年学员们远程授课、在线答疑。有学员问：“李老师，您在那么远的地方还惦记着我们？”她答：“你们愿意学，我就愿意教。距离不是问题。”

老年学员学习中医，不为考证，不为学历，只有一个诉求：这门课能不能用到自己身上？因此，李老师上课的思路就是“健康问题导向”。讲课中，会将春季如何疏肝解郁、夏季如何祛湿化浊、秋季如何润肺防燥、冬季如何补肾藏精等内容蕴含到中医诊断的课程中，同时结合自己的专业，也会分享常见穴位的日常保健手法。每一堂课都围绕当季老年学员最常见的健康困扰展开，内容即学即用。

李岩琪是世界中医药联合会中医适宜技术评价与推广委员会理事、中国针灸学会刺络与拔罐专业委员会委员、天津市中医药学会养生康复专委会委员、天津市“131”第三层次人选。这些专业背景，确保她传授的每一份养生知识都经得起验证。

“老年人大学的学员，不仅是我的学生，也是我的老师，我喜欢大家的精气神状态，这就是我坚持下来的动力。”李岩琪常说，她希望通过中医，帮更多老年朋友掌握守护健康的方法，让晚年生活更有质量、更有尊严。

（王彤文、图））



匠心育银发 声韵暖夕阳

——记音乐系优秀声乐教师张洪芳



张洪芳是老年人大学音乐系优秀声乐教师，毕业于天津师范大学。自 2018 年入职以来，她深耕老年声乐教学一线八年，凭借扎实的专业能力、贴合老年学情的教学方式与温暖的育人态度，收获了学员的一致好评，学员回学率连续三年稳步提升，是学校极具口碑的骨干教师。

张洪芳深谙老年学员基础薄弱、接受速度慢、发声习惯不规范的学习特点，潜心钻研适配老年群体的教学方法。她始终秉持严谨务实的教学准则，立足教学大纲，不断优化教学思路、创新授课方式，让声乐教学贴合老年学员的学习节奏与实际需求。

教学中，她精益求精、细致用心。课前精心梳理重难点、打磨授课内容；课堂上循序渐进、灵活调整教学节奏，层层拆解专业知识。针对声乐技巧抽象难懂的痛点，她将晦涩的发声原理、演唱技巧转化为通俗生动的语言，搭配直观示范，帮助学员纠正错误唱法、找准发声技巧，有效激发了学员的学习热情，让枯燥的专业课堂变得生动有趣。

她始终坚持以学员为本，注重调动课堂氛围，鼓励学员大胆展示、主动练习，助力学员养成自主学习、坚持练习的好习惯。课后，她耐心答疑解惑，细致指导学员课后练习，切实解决大家课下练习的难点问题。

张洪芳以专业赋能教学、以温情陪伴学员，用热爱与担当深耕老年声乐教育，用匠心诠释了新时代老年教育工作者的风采。（李静文、图）

潜心育人润银发 乐教笃行暖人心

——记音乐系优秀器乐教师沈瑜

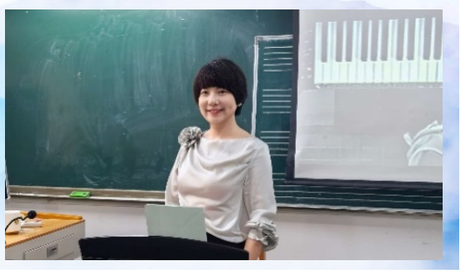
沈瑜是老年人大学音乐系优秀青年钢琴教师，深耕老年钢琴教学一线二十余年。她以扎实的专业素养、高度的责任心和温情的育人情怀默默耕耘，用优雅的钢琴艺术点亮学员晚年生活。

老年学员大多零基础，普遍存在基础薄弱、记忆力偏弱、肢体协调性不足、接受进度慢等问题。针对特殊学情，沈瑜摒弃固化教学模式，坚持因材施教、循序渐进。她刻意放缓教学节奏，将晦涩的乐理知识、复杂的指法技巧层层拆解、细化梳理，用通俗易懂的方式授课，贴合老年人学习规律，让每位学员都能轻松吸收、稳步提升。

课堂上的沈瑜治学严谨、细致耐心。她坚持亲身示范、逐项讲解，紧盯学员弹奏细节，一对一纠正手型、指法及弹奏误区。面对学员反复出错、反复提问，她始终温和包容、不厌其烦地重复指导，有效缓解学员的畏难情绪，守护大家的学习兴趣与自信心。她兼顾一至四年级及名曲辅导不同层级班级，精准分层施教、因人施策，全力不让一名学员掉队。

教学之余，沈瑜主动延伸暖心服务，课余梳理实用练习要点分享给学员，随时答疑解惑，解决学员课后练习无人指导、无从下手的难题，切实提升教学实效。她善于鼓励学员、包容个体差异，打造出融洽乐学、互帮互助的优良课堂氛围。

三尺琴台守初心，匠心温情暖夕阳。沈瑜用平凡坚守诠释了新时代教师的奉献与担当。（武建平文、图）



带银发学子玩转“AI”

——记计算机系优秀教师刘青

计算机系的刘青老师用他的耐心、智慧和一门门时髦的“干货课程”，把很多老年人眼中“难学、学不会”的电脑、手机和新鲜科技，变成了大家手里得心应手的“新玩具”，让老年朋友们的退休生活变得特别精彩。

紧贴时代热点而开设的手机摄影、手机短视频拍摄与剪辑、摄像策划与编创、无人机航拍与后期、AI 摄影与后期、全景摄影等一系列实用课程，很多学员上完课直呼“过瘾”，从刚入学时的“数码小白”，到现在出去旅游不仅能拍出绝美大片，还能自己剪辑出精彩的短视频发到朋友圈，这背后是刘青老师手把手耐心教出来的成果。

随着人工智能时代的到来，刘青带领银发学子又开启了“AI 之旅”。看着学员们用新学的 AI 工具制作出精美的图片、写出好玩的文案，大家都忍不住感叹：“原来我们老年人也能玩得这么潮、这么溜！”

面对无人机这种听起来就很“高精尖”的设备，老学员们在刘老师耐心指导下毫不怵头，无人机航拍班里竟然有 95% 的学员顺利考取了无人机飞行驾照。刘青还积极筹建无人机俱乐部，举办各种公开课普及航拍知识。无人机课成了学校的“爆款”，出勤率高、学习效果好，极大地丰富了老学员们的课外生活。

刘青老师特别注重“学以致用”，经常带着学员们走出教室，去沧州、内蒙古大草原，南太行等地开展研学活动。大家带着无人机，在山水间实地拍摄、实景操作，还精心策划在学校七楼展厅举办了无人机航拍摄影展，广受好评。（刘静坤文、图）



足尖传大爱

——记艺术团优秀教师王文艳

王文艳是天津老年人大学芭蕾艺术团指导教师。在这里从教二十一载，今年 74 岁的她深耕老年芭蕾教育，坚守育人初心，以热爱点燃银龄梦想，用匠心浇灌夕阳芳华。

王文艳常说：“我多一分投入，学员们就多一分自信；我多一分专业，他们就多一分底气。”她将对芭蕾的赤诚，全部倾注于老年教育。学员身体条件各异，她因材施教，结合老年人身心特点设计课程，拆解高难度动作，合理调整训练强度，一遍遍示范、手把手指导，让大家看得懂、学得会、有提升。在她的课堂上，芭蕾不再遥不可及，而是老年人舒展自我、收获快乐的舞台。学员们都说，跟着王老师学芭蕾，越学越自信，越跳越年轻。

今年备战第十二届华北五省（区）市舞蹈大赛，她专为银发舞者打造原创芭蕾作品《致敬春天》。舒缓旋律如浅春慢行，银龄舞者以足尖为笔，于方寸舞台挥洒诗意；队形聚散开合，如画卷徐徐铺展。作品既保留芭蕾优雅线条，又融入岁月沉淀的从容感悟，轻盈的跳跃、沉稳的旋转，将对生命的热爱凝为无声赞歌，致敬蓬勃春日，礼赞不朽芳华。为打磨好这部作品，整个盛夏，她与学员坚持排练。功夫不负有心人，天津市老年人大学芭蕾舞艺术团凭借《致敬春天》，一举夺得大赛群舞中老年组金奖。

王文艳用 21 年的坚守告诉我们：教育不分年龄，梦想永不谢幕。

（李隽民文、汪小京图）

