



2024年9月10日

农历甲辰年八月初八

星期二 第4264期 本期八版

每周二、四、六出版

国内统一连续出版物号 CN31-0026

上海市报刊发行局发行 邮发代号 3-61

电子邮箱:shlnb@sina.com

网址:mzj.sh.gov.cn/lmb/

新闻热线:62829937

上海市民政局 主管

上海老年报

上海盛诺中保
口腔门诊部

诊疗项目:口腔科

联系电话:61674195

地址:上海市浦东新区
陆家嘴东路166号3楼

10日 多云有雷阵雨 28~34℃ 11日 雷阵雨 28~33℃ 12日 多云有雷阵雨 28~32℃

广告 浦医广[2024]第07-26-C001号

今天是第40个教师节,有一群教师奋战在老年教育战线上

“我在老年大学当老师”

今天,我们迎来了第40个教师节。从牙牙学语到风华正茂,从年少懵懂到知书达理,每个人的成长都离不开老师的言传身教。有这样一群教师,他们教授的学生是银发长者,他们的工作是给充满求知欲和探索精神的老年人提供契机和平台。在他们的授课和影响下,老年人的晚年更充实了,人生之路更丰富了。

□本报记者 彭玥

是观众眼中的主角
也是学员心中的名师

经过了漫长的暑假,上周,上海老年大学的学员们回到了久违的校园。在长笛初级班的第一堂课上,教师刘娜并没有急着教学员如何演奏,而是从“主角”长笛开始讲起,它的结构、材质、日常维护等,甚至如何擦拭长笛,刘娜也亲自演示了好几遍。这种“学院派”的作风,台下的学员们似乎早已习惯,不仅认真地听老师讲解,还及时做笔记或拍摄记录。

接着讲解到长笛演奏技巧部分。“首先,大家先做一个微笑的动作。记住,是微信的第一个表情哦,不是露齿笑!”刘娜一边提高声调,一边在台上做出了一个错误示范“露齿笑”,惹得学员们哄堂大笑。学员老陈告诉记者,他曾报过其他教师教的长笛班,有一定基础,但进步不明显。听不少校友推荐刘娜老师的长笛班,老陈“蹲守”了一年才如愿以偿抢到名额。“刘老师教得好,我们学起来也有劲!”

曾在上海交响乐团有着15年长短笛演奏经验的刘娜,为了在事业与家庭之间寻求平衡,毅然放弃了光鲜的工作。机缘巧合下进入到老年大学后,在教学理念上、在课堂适应性等方面,她也有过一丝挣扎和过渡期,但提到内心感受,她坚定地回答:“完全没有心理落差,反而很有存在感和获得感。”

没课的时候,沪上各大舞台上,仍能看到刘娜的身影。这样的表演机会对她来说,更像是毫无压力的“活动筋骨”。她说,老年大学的教学工作促使她在表演上不断探索和提升,不间断的演奏积累又能反哺到教学中去,“就像是画了一个圆,多年前寻求的平衡,终于实现了”。

从“依噶年轻,来做啥?”
到“这个老师很‘有料’”

30岁那年,倪闵第一次走进老年大学的校园,就被学员们“围观”了。不少学员上下打量着这个充满活力的年轻人,似乎他出现在这样的校园里显得那么格格不入。“我记得一位阿姨看了我半天,最后终于忍不住问我:‘依噶年轻,到这里来做啥啊?’”可想而知,当倪闵第一次介绍自己是老年大学的老师时,学员们惊奇和迟疑的目光是多么明显。

对拍摄技术驾轻就熟,对教学并不陌生,可对如何跟爷爷奶奶辈的人相处,倪闵多少还是有点忐忑。当他第一次看到老人们拿着笔记本做上课笔记的时候,他的内心是震撼的。他想起自己摄影老师的那句话,老年大学的学员们上起课来,“认真得吓人!”他明白了,必须要对得起学员的这份“认真”。一次摄影课上,一位“资深”学员

拿出自己一幅得意之作请倪闵指导,他凭借多年的经验给出了专业点评。可学员却并不服气,回家后,又请自己的亲朋好友一一评鉴后才发现,倪闵老师说的是对的。从此,这位年轻老师在学员心中开始变得“有料”了。

今年41岁的倪闵身材健硕,说起话来笃悠悠。课下,学员们会反复问同一个问题,他也会不紧不慢地回答好几遍。那些曾经向他投来迟疑目光的学员一路追随他多年,已经结业的学员又重新来报班学习。“倪老师,你再开其他课,我还来学。”听到学员们的要求,倪闵笑笑说,看来我也要不断进步、不断“加料”才行。

老年大学的三尺讲台,
“我最喜欢最留恋”

“最好的不是大学老师,而是老年大学老师”,这句在年轻人中爆火的话,在75岁的伍伟民那里,同样适用。在伍伟民几十年的职业生涯中,一大半的时间都站在三尺讲台上。不过,在他的心目中,给老年人讲课,他的兴趣最为浓厚。

最初进入老年大学上课,源于一次“救火”。由于班级老师有事,伍伟民临时接手,教授古典文学赏析课程。这一上,便一发不可收。曾在华东师范大学从事古籍研究的伍伟民对古典文学信手拈来、旁征博引,不少学员跟随他循环听课,一听就是十几年。伍伟民至今记得,进入老年大学之初,曾有一位九旬高龄的老人坚持来上课,让他颇为感动。

如今,伍伟民的班级,少则五六十人,多则百余人,线上同步听课的学员更是屡屡增加。“台下很多学员年纪大了,视力不好,不仅戴着老花镜,还拿着放大镜,这样的精神很可贵。”回忆起自己曾经教过的年轻人,伍伟民觉得,跟年轻人被动学习不同,老年学员是真的心存热爱,主动学习。“上课时,他们会给老师积极反馈,课堂气氛好,老师也更有兴趣,更有价值感!”

从退居二线至今,伍伟民已在老龄教育岗位上工作了15年,他的年龄也跟台下的学员们渐渐形成了“反差萌”。“以前台下都是满头白发的老年人,有的跟我父母年龄差不多。现在,台下又出现了很多刚刚退休的‘小老人’,我在他们身上看到了青春和活力。”伍伟民说,只要身体允许,他还要继续给老年学员们上课。



刘娜



倪闵



伍伟民

□本报记者 吴玮

退休教师的日常生活过得如何?有没有什么地方需要帮助?在静安区退休教师的“朋友圈”里,有这样一个特别的“圈”——通过网络小组的建设,学校退管会与退休教师之间、老师与老师之间建立起了紧密联系,大家相互关心、相互帮助,感受到“家”的温暖。

网络小组“连”起退休教职工

目前,静安区有155个教育单位,14500名退休教职工,建有网络小组1000个左右,实行教育局退管会——学校退管会——学校网络小组的管理模式。实践证明,在网络小组建立后,这个实现自我管理、自我服务、自我教育的平台,也成为退休教职工精神思想、文化娱乐、求知健身需求的互相沟通思想、交流感情的“家”。

为了进一步推进网络小组建设,静安区制定了《静安区退休教职工网络小组活动公约》,对网络小组的组织形式、活动内容等作出规定。每年两次对网络小组长进行培训,每三年评选一次优秀网络小组或网络小组长。

在最新一次的三年评选中,市北中学第七网络小组和上海建承中学第九网络小组被评为2024年优秀网络小组。

更多热心老师忙前忙后

“张老师是个热心人,平时很关心我们。”老师们嘴里提到的张老师名叫张永泰,来自市北中学第七网络小组。由于退休前多年在学校图书馆工作,张老师接触的老师较多,这对网络组工作很有帮助。退管会的各种通知,张老师通过手机及时转发到组内各位老师,有的老师没有智能手机,他会一次次不厌其烦地打电话或通知老师的子女,直到通知到本人。对于组内退休老师的需求,张老师就像一座沟通的桥梁,帮忙收集需求,及时向退管会反映,一旦有了结果,及时反馈给本人,在沟通过程中,耐心地解释。

热心的张老师只是市北中学第七网络小组的一个缩影。老年退管会组织的回娘家活动,许多小组成员都会忙前忙后,协助退管会做好各项工作。平时有老师生病住院或是生活中遇到了困难,小组成员代表学校上门探望慰问,将学校的关怀带给他们。

网络小组是第二个“家”

建承中学第九网络小组是个深度高龄化网络组。全组15人,75岁以上13人,组平均年龄达到81.4岁。尽管因高龄化会遇到不小的困难,但在组长和群主的带领下,大家知难而进,不因年迈而停止“夕阳红”的脚步。

如今,一项项工作大多都在网络组微信群里完成:计划和总结工作、传递学校和小组信息、学习和主题活动、老师之间的交流互助等。

关心老师健康,是小组工作的重中之重。每当季节转换时,大家在群里交流各种保健养生知识——“如何提高免疫”“改变不良生活习惯”等。作为一个学习型的网络小组,老师们天天在群里“读报”,及时了解社会热点。小组时常还会开展一系列纪念和主题学习活动,组织各种趣味活动,大家踊跃参与。老师们颇为感触地说,有网络小组的关心,犹如生活在一个大家庭里,真好!

除以上两个网络小组,还有更多优秀的网络小组在静安区涌现了出来:如积极向上、热心公益、富有活力的同济大学附属七一中学第七网络小组,不仅活动从未间断过,来自组内的关爱更是伴随着每一位退休老师,送到他们的心头。如团结一致、互帮互助、抱团养老的新中高级中学第一网络小组,每一位组员在这个大家庭里,得到方方面面的关心,每当老师遇到实际困难,小组总会第一时间伸出援手。正如有的退休教师所说,网络小组是他们退休后的第二个“家”。

特别的「圈」让退休教师感到「家」的温暖