

走进传统村落

古村中办起老年大学

山东省龙口市诸由观镇西河阳村

本报记者 李蕊

“我要去上学了，改天再唠。”撂下电话，挎上帆布包，刘奶奶匆匆赶往学校。

七旬老人，为啥还要上学？原来，在山东省龙口市诸由观镇西河阳村，有一所老年大学。

西河阳村建于明代洪武年间，有着深厚的传统文化底蕴，2016年被列入中国传统村落名录。

2023年，龙口市老年大学将民俗专业课堂搬进村里的“老房子”，邀请非物质文化遗产项目代表性传承人担任教师，开设黄县窗染花、剪纸、摄影等课程，在深入挖掘本土传统民俗非遗文化的基础上，打通老年教育进基层“最后一公里”。

“我在古村上老年大学！”——这是西河阳村附近的老人们常挂在嘴边的一句话。自开办以来，这所坐落于古村的老年大学已吸引800余名老年人报名学习，这些老年人多数为本村及周边村村民，还有附近乡镇居民。近日，记者跟随老人们走进西河阳村，体验了三堂富有特色的课。

一堂非遗课：指尖舞蹈唤醒童年记忆

漫步西河阳村，映入眼帘的，是一排排独具胶东特色的老式民居建筑，墙面由火山岩垒砌而成，屋顶黑色瓦片俯仰结合，当地人称其为“哈瓦房”。

“胶东民间，曾流传有一首民谣，‘黄县的房，栖霞的粮’，龙口市原称黄县，哈瓦房就是黄县房的典型代表。”龙口市委常委、组织部部长姜利春介绍，“老黄县房是胶东人居住文明的象征。在古村里办公益性质的老年大学，一是为了方便乡村老年人学习，满足他们的精神文化需求；二是更有利于非遗课程与老房子的结合，让老年人的学习更接地气。”

步入教室，笑语朗朗，一堂非遗课正在进行：一扇窗上，贴着五颜六色的窗花，有花有鸟，图案精美。“这叫‘黄县窗染花’，是山东省非物质文化遗产，已有200多年历史。”黄县窗染花烟台市级非遗代表性传承人孙少莹是这节课的老师，“黄县人借鉴剪纸和木版年画染色技法，创造出剪刻与色彩点染相结合的窗饰制作技法——‘黄县窗染花’。”

62岁的王淑红是离西河阳村不远的枣市村村民，也是老年大学的学员之一，每周四下午，她都要来上一堂窗染花课。坐在桌前，她手握剪刀，不一会儿一条栩栩如生的金鱼就“诞生”了。

“金鱼剪起来容易上色难。”她

拿出几个调色瓶，在纸上调配颜色，一次次在白纸上试验，终于找到适合的颜色。

为何选择窗染花课程？“我们小时候过年一贴上窗染花，新春的气息一下子就蹿出来了。它是我童年记忆里的珍宝。”王淑红笑道。

在老年大学，王淑红不仅是窗染花课程的学生，还是剪纸课程的老师。上基础课的时候，王淑红也会帮助窗染花的老师进行剪纸部分的教学。“边学习边教课，我交到了许多朋友。”王淑红喜上眉梢，“我没上过大学，这下终于圆了梦想，还能学习传播非遗，感觉自己的人生有了更多的价值和意义。”

一堂摄影课：光影之间定格爱与乡愁

夕阳西下，天边渐染。“咔嚓咔嚓”，老年大学学员孙宗玉眼睛紧贴相机，找准角度，按下快门。在这座古村落，每一栋民居、每一棵花草、每一个角落，都是孙宗玉的拍摄素材。

“没退休时，就犹豫要不要学习摄影。后来，父母逐渐变老，我想通过摄影记录他们的变化。”刚退休不久，孙宗玉就报名老年大学摄影课程，她举起手里的相机，笑咪咪地

说，“这是我送给自己的退休礼物。”

老年大学的摄影课程，应该怎么上？“不能像专业摄影课，上来讲构图等晦涩难懂的知识。”山东省摄影家协会会员柳明光是这堂摄影课的老师，“教会老人如何操作相机后，更多的是带着他们到实地操练，然后拿着老人们的作品讲解知识，他们会更感兴趣。”

在柳明光看来，西河阳村是一座古老而美丽的村落，依山傍水，风景如画，是最佳的摄影采风基地，因此，也成为老年大学摄影课的实践点。

为了提升老人们的拍摄水平，柳明光还在课堂上设置了评选比赛。“别看都是一些退休的老人，求胜欲可强着呢！”孙宗玉说，有时候，一堂评选课能延时一两个小时，即使这样，大家还舍不得下课。

上了摄影课后，孙宗玉感觉收获满满。“不仅掌握摄影技巧，还学会发现美好。”如今，她还爱上旅游，走到哪里都要带着相机。一张张照片，定格了浓浓的爱意。“我母亲知道我学习摄影，天天催我回家拍照。”孙宗玉翻出电子相册，照片中的四季在变，父母渐老，但不变的是老人的笑脸，“看到他们的笑容，我的心里就很踏实、很温暖。”

一堂红色教育课：银龄力量激荡英雄赞歌

在这座古村里的老年大学，有这样一堂课，被大家称为“流动红色教育课”。

“红色资源是宝贵的精神财富。”退休干部张大琪是龙口市新时代文明实践志愿者，受老年大学邀请，来此担任红色教育课堂教师，在教授内容上，他曾犯过难，“给老人们讲红色故事，这节课到底怎么上？”

“如果讲的是身边事呢？”身边人的一句话启发了他。1942年，八路军山东纵队“钢八连”在黄县（今龙口市）丰仪店村与日军激战，53名战士牺牲，当地百姓将他们就地安葬，可没有人知道他们的名字。1956年，烈士移葬龙口烈士陵园后，立起了53座无名烈士墓碑。

“经过挖掘，我才发现，原来我们本地的红色文化资源这么丰富。”在课堂上，张大琪讲述了53名无名烈士的故事，“用身边的英雄教育身边的人，更有说服力。”

在这堂课上，张大琪通过摄影展的方式进行授课，每一张照片的背后，都藏着一个故事。由于常年户外办展，好几张照片有了磨损的痕迹。“这些照片缺失的棱角，也见证着老人们上课的时光。”张大琪说。

在英灵山举办烈士摄影展，在教室排练抗日舞台剧……“课堂形式丰富多彩，学员们也听得认真。”在这所老年大学，老年人不再只是文化知识的接收者，更是传播者、守护者。张大琪说，“有的老人回到家后，还会给他们的孙辈讲起我们龙口的红色故事，有的老人还带着孩子来听。”

在西河阳村，流动红色教育课正在继续。“如果能让一个人感动，那就是一群人。”张大琪挺了挺腰，“这正是这节课的价值所在，也是古村老年大学的意义所在。”（王期参与采写）

余音

让更多乡村老年人老有所学

吴峰

《中共中央 国务院关于加强新时代老龄工作的意见》提出，“扩大老年教育资源供给”“将老年教育纳入终身教育体系”。研究及实践表明，老年人的学习参与程度与老年人的生命质量密切相关，发展老年教育具有重要意义。

目前，我国老年教育服务的发展已具备一定基础，老年大学规模持续扩大，办学能力不断提高。与此同时，老年教育发展仍面临着资源不足、城乡发展不均衡等问题。老年大学如何进一步向乡村延伸，是未来一段时期内我国老年教育服务体系建设的重点。

我国乡村面积广，老年人数量多，老年教育服务的需求大；但也应看到，乡村老年教育的开展仍面临一些实际挑战。例如，乡村地域广，村民居住地相对分散，这对老年人参与教育活动带来行动上的不便。此外，部分基层老年大学的教学内容与老年人需求的匹配性有待提升，有的送教下乡项目不能满足乡村老年人的实际需求，导致参与积极性不高。因此，需要完善现有老年教育服务体系，使乡村老年教育的供给能力、供给质量能够更好地满足老年人日益增长的文化需求，让更多乡村老年人老有所学、老有所乐、老有所为。

创新机制，鼓励多元力量举办老年教育，为乡村老年人提供就近、便捷的教育服务。在一些地区，老年教育举办面临经费不足的现实困难，而乡村老年人的支付能力整体相对较低，对此，可以加强政策支持，创造条件，鼓励从乡村走出去的人才返乡举办老年学校，开展公益性老年教育。在环境建设方面，可利用闲置乡村校舍等资源，作为开展老年教育的活动场所。

优化老年教育内容，更好满足乡村老年人的需要。乡村老年人的学习内容需要具有乡村本土特色，贴近他们的生活需要与生活语言。例如，有的老年大学深入挖掘当地传统民俗、非遗文化，有的老年学校注重讲授种植知识，有的传授医学保健知识，举办适合老年人身体特征的康养运动课程等。

鼓励城乡老年教育协同发展，推动银龄教师下乡支教。支持鼓励城市老年学校与乡村老年学校结对帮扶，助力乡村老年教育发展，实现老年教育资源的区域共享。针对乡村老年教育师资的不足，建议完善相关政策，推动退休教师、行业专家、能工巧匠等到乡村老年学校支教，提升乡村老年教育师资质量和教学服务水平。

此外，教育数字化手段能够创建灵活、丰富和交互式的学习环境，使一些受制于时间、费用、交通等障碍的老年人也能够获得学习机会，促进人人皆学、处处能学、时时可学。目前，依托

国家老年大学建设的全国老年教育公共服务平台已汇聚大量课程资源。未来，可以充分利用技术手段开展老年教育，弥补线下老年教育资源的不足。（作者为北京大学教育学院教授）



我国老年大学办学体系越来越完善

截至2024年底

全国约有10.5万所老年大学，共有线上线下学员约3000万人

形成省、市、县、乡镇（街道）、村（社区）五级办学网络体系和较为完整的老年教育立体课程体系
数据来源：民政部

掌握温度，成就风度

冬季穿衣，认准哪些“黑科技”

龚葵

寒冬时节，要想风度温度兼备，衣服材质选择很重要，如今冬日服饰中隐藏的“黑科技”，能够大幅提升人们的“温暖指数”。

冬季穿衣首选分层法，包括内层（基础层）、中层（保暖层）和外层（隔离层）。穿衣要像剥洋葱一样，穿搭多层，每一层衣服都

薄薄的，这样衣服与衣服之间会形成隔绝冷空气层，达到保暖的效果。

内层宜选择棉、丝或聚酯纤维这类透气快干的材质，减少汗水蒸发时带走人体热量。这里不得不提到广泛应用到保暖内衣中，由碳原子组成的“黑科技”材料——石墨烯，它具有超高的导热性，能够快速将人体散发的热量均匀分散。石墨烯的抗菌

性能，能有效抑制长久穿着过程中的细菌滋生。它还含有气凝胶，其内部布满微小气孔，能够有效阻隔冷空气进入，保存身体热量。

中层是发热的主力层，可以使用抓绒、羊毛等保温性能较好的材质。抓绒衣是保暖界的明星，一些保暖性好的抓绒面料通过特殊的编织工艺，形成一层又一层绒毛结构，能包裹住大量空气，形成保暖屏障。据专业测试，同等厚度下，抓绒衣的保暖性能比普通棉质衣物高出约40%。

外层锁住热量，加强防护，是冬季保暖的关键，当前，羽绒服是冬季服饰的主力军。随着一些“黑科技”面料的运用，不少

羽绒服在防风防雨、透湿和延展性方面表现出色，深受消费者青睐。如采用纳米防水涂层技术的羽绒服，不仅防水性能强，水珠在衣物表面能瞬间滑落，而且透气性较普通涂层提升30%。其面料的延展性也十分优越，穿着时能随着身体动作自由伸展，毫无束缚感。滑雪爱好者则可以选择防风防水又透气的面料。汗水蒸发形成的水蒸气，其微孔结构极其精妙，比水滴小却比水汽分子大，专业的滑雪服需要既能阻挡外界的雪水、寒风，又能顺利排出运动产生的汗水，保持身体干爽温暖。

（作者为北京服装学院教授，本报记者施芳采访整理）

图①：山东省烟台市文物保护单位西河阳村“王家大院”。张成金摄（人民视觉）

图②：位于西河阳村的龙口市老年大学摄影班的学员们在实际操作。柳明光摄（人民视觉）

图③：龙口市老年大学国学班的学员在课堂上诵读《大学》。李 锴摄（人民视觉）

图④：龙口市老年大学“黄县泥老虎”非遗课程老师李殿平在课堂上进行示范。刘启强摄（人民视觉）

图⑤：龙口市老年大学位于西河阳村老龙街上的教学实践基地“民俗体验馆”。张允田摄（人民视觉）

本版责编：孟 扬 唐中科 曹怡晴 李祉瑶
版式设计：张丹峰