

●浙江老年教育“名师好课”征集

三门县老年大学创新推出“智惠银龄”课程
银发族从容“拥抱”AI时代

【课程名片】

2025年,三门县老年大学创新推出“智惠银龄”中老年手机AI应用课程。该课程以“学得会、用得上、记得住、敢应用”为导向,聚焦中老年人在出行、健康、社交、娱乐、安全等方面的现实需求,系统教授人工智能技术的实用技能,帮助提升数字素养,推动老年教育向智能化、适老化、实用化转型。2025年,《“普惠银龄”跨越“数字鸿沟”——三门县老年大学打造手机AI应用课程体系的实践与启示》入选全省“15分钟老年教育学习圈”优秀案例。



教师钟以维为老年大学学员解答问题。受访者供图

预招50人来了200人

作为AI课程的策划者,三门县老年大学教师钟以维坦言:“开设之初,有手机AI应用课程的老年大学不多,可借鉴的成熟教学案例更是寥寥无几。备课时,我真是绞尽脑汁,反复推敲。”

为了上好这门课,他在开课前做足了准备,从银发群体最急需的实用功能入手,聚焦手机预约挂号、防诈骗识别等关键时刻能救急的技能,并巧妙借助各大平台的AI软件,教银发群体玩转图文创作、短视频制作等“时髦”应用,让人工智能真正成为银发族触手可及的生活帮手。

“原先以为银发群体对AI课程的接受度不会很高,我们计划先开一个50人左右的班级。没想到的是,报名通道一打开,就有超过200位银发族报名,这门课也一举成为老年大学最火爆的课程之一。”三门县老年大学相关负责人表示。

“活到老,学到老。现在AI特别流行,我希望能借着课堂多学点新东西,不跟时代脱节,也跟年轻人多点共同话题。现在,我只要对着手机说句话,就能自动生成一份详细的旅游攻略,真正实现‘说走就走’。”学

员叶素云的一番话,道出了许多银发学员的心声。

如今,学员们已掌握了多项AI工具的应用能力,能够独立完成出行规划、健康监测、影像修复、社交分享等日常任务。

“智惠银龄”持续升级

“AI好玩好用”“AI帮生活更轻松”“AI让社交与娱乐更精彩”“AI实用生活技能”,这是三门县老年大学手机AI应用课程的四大核心应用场景,涵盖人工智能入门、老照片修复、短视频剪辑、健康管理、智能家居控制、AI回忆录撰写、信息筛选与反诈识别等高频需求领域。

为确保知识与技能即时转化,三门县老年大学系统构建模块化、层次化的课程内容框架。每模块设置学习目标与核心能力指标,采用“1个核心任务+3个生活场景演练”的结构设计。

钟以维介绍,以“出行服务”模块为例,学员通过查询高铁票、规划打车路线、生成行程提醒等真实任务,实现学习情境向生活情境的有效迁移。课程强调重实操、强体验,全面提升适配性与实用性。

“我们遵循‘工具适老化、场景生活化’原则,切实从银发

群体需求出发。不会拼音打字的,就教他们学会AI语音输入;热爱越曲戏剧的,就让他们借助AI进行选曲、排练。我们希望通过教学让银发群体意识到,AI并不难,反而能让生活更便捷、舒适。”钟以维表示。

教学过程中,课程教师遵循“三原则”:讲解慢、重复多、练习勤。课堂上配备“银发助教”进行“一对一”指导,及时回应个体差异。每节课还配套录制视频微课与文字笔记。

谈及今后的教学安排,钟以维表示:“我们从写诗、修图、配音等趣味应用入手,后续将根据学员反馈和实际效果不断调整和优化,让更多银发族在玩转AI的过程中,感受科技带来的便利与乐趣。”

三门县老年大学相关负责人表示,学校将着力构建“教研机构+骨干教师+银发助教”三位一体师资团队,由教研机构提供课程框架与方法论支持,骨干教师负责教学实施与内容打磨,选拔优秀学员担任“银发助教”,并逐步开发更多智慧助老课程,助力银发群体从容融入数字时代。

/ 新闻+ /

如果您觉得哪位老师的课堂曾像一束光,照亮了您的学习之路;如果您觉得哪门课程像一扇窗,让您打开了更广阔的世界,都可以向我们推荐。我们还将推出“名师好课”互动环节,诚邀广大学员为心仪的老师或课程点赞,最终揭晓10位“我最喜欢的好课”和20门“我最喜欢的好课”。您可以扫左侧浙江老年报官微二维码关注我们,也可以扫码加入我们的浙里养俱乐部展示课堂成果,或者直接联系电话:0571-85310296。

本报记者 王杭晨
通讯员 罗雨馨

“床前明月光,疑是地上霜。豆包豆包,请按《静夜思》的风格为我创作一首思念家乡的诗。”近日,在三门县老年大学的手机AI应用课上,老年学员兴致勃勃地与智能应用“豆包”互动。

2025年以来,学校首次引入手机AI应用课程,帮助老年人跨越“数字鸿沟”,开启探索人工智能科技的新旅程。



扫码关注



扫码加入