

一屏共上一堂课，一课共享千万人：“开学第一课”持续引发学习热潮

国家老年大学 2025年04月10日 19:13 北京



【中国教育报】钟南山授课国家老年大学“开学第一课”

中国教育报（发布日期：2025/04/03）

3月31日上午，国家老年大学特邀“共和国勋章”获得者、中国工程院院士、广州国家实验室主任钟南山，以《展望未来——健康就在

您手中！》为题讲授了国家老年大学“开学第一课”，为全国老年朋友传授主动健康新理念。

钟南山聚焦老年健康，详细讲解了心理平衡、合理膳食、适当运动、戒烟限酒、早防早治、绿色环境等六个方面的老年人必备健康知识，帮助大家实现心态平衡，树立主动健康的理念，从生活点滴做起，守护自身健康。

钟南山表示，老年人应该拥有人生目标和方向。老年大学提供的各类课程内容，让每个老年人更有追求、有寄托，在帮助老年人树立和追求人生目标中起了重要作用。

本次“开学第一课”通过国家老年大学平台、国开之声、国家终身教育智慧教育平台、学习强国、人民网、中国网络教育电视台、育见新闻视频号等 27 个平台同步播出。国家老年大学联动整个办学体系，实现了“一屏共上一堂课”，全国 44 家省级分部、65 家分校、30 家共建单位组织老年学员集中学习，观看量超过 1241 万人次，全网曝光量超 1 亿次。

据悉，本次“开学第一课”是国家老年大学服务积极应对人口老龄化和健康中国战略，在实践中推动落实“用教育守护健康”理念，“努力用老年大学的一张课桌替换医院的一张病床”，助力老年人实现终身学习与主动健康的重要举措。

线上大规模教学--“乐学直播”开展 学习活动的情况总结

“乐学直播”是国家开放大学（国家老年大学）面向全国老年学习者推出的线上公益直播课程。通过借助体系优势，汇聚多元优质师资，设计丰富系统的教学内容，模拟传统课程学习模式，每周以定期直播的形式，在多个平台同步开展全方位的在线直播教学，满足老年学习者灵活、便捷、多样化的学习需求。

2020年3月开始，国家开放大学针对特定时期的老年学习需求，开始探索“乐学防疫”联合行动直播教学公益课堂，为全国老年学习者开展了形式多样，内容丰富的直播教学，并引导各地通过在线服务为更多老年学习者提供线上学习资源。期间，免费对外开放学习平台31个，开放课程学习资源4.1万门（个），各学习平台总访问量超过900万人次。

2023年3月3日，国家老年大学正式挂牌成立，通过进一步优化教学和课程设计模式，将其正式升级。至今，已播出234期，累计观看人次67.36万人次。本项目充分展现了国家老年大学对全社会老年学员学习的带动作用，对营造良好的终身学习氛围，推动全民学习型社会建设、打造终身学习品牌起到了积极作用，取得了广泛的社会影响力。

一、主题明确，内容丰富

“乐学直播”设立的初衷是针对特定时期的老年学习需求，充分发挥开放大学体系与远程教育教学形式的优势，汇聚多种类别课程资源，定期开展线上直播教学，并配备完善的学习支持服务，以满足老年学习者居家防护及多样化的学

习需求。同时，梳理养生保健、书法绘画、生活休闲、公民素养、文化体育、隔代教育、投资理财、文学历史、技能学习等 9 大类，共计 20 万分钟的自有课程资源，在官方微信公众号及微信小程序上定时面向老年群体推送，向全国线下老年学习机构免费提供课程资源。

2023 年“乐学直播”优化升级，在梳理自有资源与建设新资源的基础上建设以“德、学、康、乐、为”为主题的课程。正在形成以厚德修身类（主要有品德修养、时事思政等内容）、终身学习类（主要有数字素养、社会科学、自然科学、传统文化、法律、工程、文学等内容）课程、主动健康类（主要有家庭照护、中医保健、用药安全、食品营业、心理健康、生命教育等内容）、乐享生活类（主要有休闲娱乐、社会生活等内容）课程和积极作为类（主要有退休生涯规划、志愿服务、职业技能、创新创业等内容）的课程为主的供给格局。类型广泛，符合新时代老年学员学习需求，对全国老年教育线上教学起到带动作用。

“乐学直播”在内容设计上，采用了多主题课程排播的方式，满足老年学习者个性化学习需求。在课程排播上，实行多主题课程穿插排播、微信推送课表提前预热、固定时段提醒老年学习者进入在线课堂等举措，进一步契合老年学习者的兴趣与学习偏好，满足不同老年学习者多样化的学习需求。2024 年 9 月，“乐学直播”进一步改版升级，不断优化教学服务，完善课程内容和形式，得到广大老年学习者的认可。

二、组织合理，充分展现线上教学特色

1.凝聚体系力量，发挥体系作用

发挥国家老年大学体系优势，调动体系优质师资。“乐学直播”为积极探索疫情防控常态化下“互联网+老年教育”的教学新模式，面向全国征集优秀教师和课程内容，共得到全国 50 余家单位的优秀老年教育师资的积极响应和热情参与。组织全国省级老年开放大学、部分社区教育机构、老干部大学、养老机构等参与并开放自有平台，面向当地老年学习者开放课程资源。

为凝聚体系力量，召开线上大班会进行总结交流，老年学员代表、教师代表、工作人员积极发言，交流心得体会，形成了老年大学完整的线上直播流程和学习服务规则，为后续继续开展乐学直播，为全国老年学习者提供线上学习支持服务积累了丰富的经验。

2.注重学习体验，理论与实践相结合

2024 年 9 月，“乐学直播”进一步改版升级后，设计了更系统的授课内容，通过系统授课、在线答疑，增加了老年学员的参与度，提升了老年学员的参与感。以《楷书入门——赵孟頫<三门记>精讲》课程为例，每节课程由主讲老师进行书法带练，系统性的讲解书法，学员跟随老师进行练习，评论区进行提问互动，得到广大老年书法爱好者的喜爱。

3.数字化技术赋能，优化学员体验

“乐学直播”利用国家老年大学远程教育优势，为老年学习者提供适老化的舒适观看页面与高清流畅的直播体验。直播平台支持多终端接入，老年学习者能根据自己的喜好和习惯选择 PC 端或移动端观看直播课程，直播结束后还可通过国家老年大学官网专题页面进行回看学习，充分实现了学习的灵活性与便捷性。

4.发挥平台优势，专业团队保障

基于平台数据，国家老年大学持续追踪学习者的学习过程，定期收集并分析课程直播数据，通过对课程观看量、学习时长等数据的深入挖掘与综合分析，识别老年学习者的学习需求并实施课程调整。同时，“乐学直播”还建立了完善的线上线下联动服务体系，在课程咨询方面，平台设有专业客服团队，为老年学习者提供详尽的课程介绍、学习提醒等咨询服务；在技术支持方面，平台提供24小时在线技术支持，确保老年学习者在使用过程中遇到任何问题都能得到及时解决。

自2023年国家老年大学挂牌以来，“乐学直播”2023年度总收看量为241940人次，直播新增用户为7462人，2024年度总收看量为304898人次，直播新增用户为4819人，呈现出显著的受众活跃度。2025年的“乐学直播”正在进行中，已播出第一期。“乐学直播”得到了体系内各单位的大力支持，也得到了各地老年学员的支持和欢迎。自2024年9月“乐学直播”进一步升级后，线上学习用户粘性显著增强，评论区互动积极，不仅有利于打造国家老年大学品牌项目，同时也为弘扬中华优秀传统文化，建设学习型社会贡献了力量。

未来，我们将继续依托“乐学直播”，调动整合优质师资，策划设计多样化的教学内容，为全社会提供特色鲜明、灵活多样的直播教学，为积极践行老有所学、老有所为、老有所乐，建设泛在可及的终身教育体系贡献力量！

艺术名家课开播一周年：授课三万多人，普惠六十万众

国家老年大学 2024年05月22日 16:52 北京

知识学园、生活乐园、精神家园

2024年5月20日

由国家开放大学（国家老年大学）

推出

国开艺术学院特邀著名书画家

举办的**艺术名家课**

迎来**上线一周年**

2023年5月20日，我们怀揣着对艺术教育的真挚热情，邀请各方名家，集合各方智慧，开启了“艺术名家课”。此刻，我们欢聚一堂，共同庆祝**艺术名家课公益课**开课一周年！



国家老年大学 2025年01月03日 19:26 北京 听全文



国家老年大学



6



15



2



写...

国家老年大学“康乐中国行”——国医名师课巡讲活动首站登陆北京

国家老年大学 2024年11月04日 21:48 北京 2人

为深入学习贯彻党的二十届三中全会决策部署，落实习近平总书记在全国教育大会的讲话精神及关于老龄工作重要论述精神，10月31日，国家老年大学“康乐中国行”——国医名师课巡讲活动首站在北京举行。中国工程院院士、国医大师王琦作主题讲座。国家开放大学(国家老年大学)党委副书记徐明军，国家老年大学特聘专家濮传文参加活动。来自教育部、文化和旅游部、广电总局、国家体育总局等多个中央和国家机关部门的老同志，以及国家老年大学随公村校区的学员代表约200人



国家老年大学



3



29



1

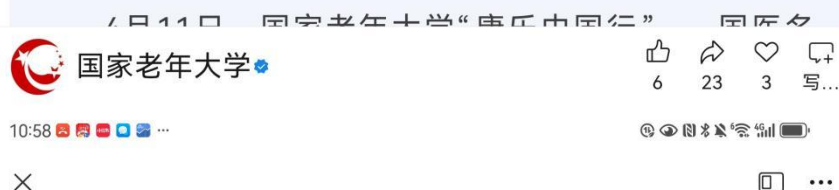


写...



国家老年大学“康乐中国行”——国医名师课巡讲·厦门站活动举办

国家老年大学 2025年04月14日 17:52 北京 4人



国家老年大学“康乐中国行”——国医名师课巡讲·青岛站活动举办

国家老年大学 2025年07月13日 20:45 北京 7人

7月13日，国家老年大学“康乐中国行”——国医名师课巡讲·青岛站活动在国家老年大学青岛分部举办。北京中医药大学教授、中医药博物馆馆长陈子杰作专题讲座。国家开放大学（国家老年大学）党委委员、副校长范贤睿；国家老年大学主动健康学院特聘教授濮传文；青岛开放大学党委书记李明钢，党委副书记、校长孙明明出席活动。活动由青岛开放大学党委副书记韩昌丽主持。

姜海燕



国家老年大学“康乐中国行”——国医名师课巡讲青岛站活动暨青岛老年开放大学主动健康学院开学第一课活动方案

为实施积极应对人口老龄化国家战略，全面贯彻国家老年大学“德学康乐为”的办学宗旨，发挥主动健康“强导向”积极作用。国家老年大学拟联合青岛分部举办国家老年大学“康乐中国行”——国医名师课巡讲青岛站暨青岛老年开放大学主动健康学院开学第一课活动，拟定方案如下。

一、活动主题

国家老年大学“康乐中国行”——国医名师课巡讲青岛站暨青岛老年开放大学主动健康学院开学第一课活动

邀请北京中医药大学教授、国家老年大学主动健康国医名师课《中医传统文化与基本知识》主讲陈子杰教授开展专题讲座，时长约 1.5 小时。

二、活动组织

主办单位：国家老年大学

承办单位：国家老年大学青岛分部（青岛开放大学）

支持单位：广州国家实验室、人民日报新媒体中心、国开贝和教育科技有限公司、国开泛在教育科技有限公司

三、活动时间

2025 年 6 月 5 日上午 9:30

四、活动地点

青岛开放大学综合楼 211 会议室

五、参与人员

- 1.国家开放大学（国家老年大学）领导；
- 2.青岛市卫健委领导；
- 3.青岛市教体局领导；
- 4.青岛开放大学领导：校党委书记李明钢，校党委副书记、校长孙明明，校党委副书记韩昌丽；社区教育学院院长、青岛老年开放大学校长乔红；
- 5.其他参与人员：各区（市）教体局社区和老年教育负责人，职继协同合作院校老年教育负责人，青岛老年开放大学老年教育学院负责人，青岛开放大学 50 岁以上教师，青岛老年开放大学 50 岁以上兼职教师，青岛老年开放大学学员代表。

六、活动流程

主持：青岛开放大学党委副书记韩昌丽

- 1.观看暖场宣传片
- 2.国家开放大学领导讲话(8 分钟)
- 3.青岛开放大学党委书记李明钢讲话（5 分钟）
- 4.濮传文教授推介国医名师课（5 分钟）
- 5.专家讲座（90 分钟）

七、活动准备与保障

1.会务筹备：青岛分部社区教育学院会同国家老年大学直属学院成立专项工作组负责活动策划、嘉宾邀请、材料准备等工作。培训部负责场地布置、午餐。

2.宣传推广：讲座由国家老年大学官网、app、小程序、人民日报“视界”客户端及青岛本地相关平台全程直播。组织邀请各合作院校、老年教育学院及体系内其他开放大学进行线上观看；邀请媒体进行现场宣传，并通过学校微信公众号等渠道发布活动报道，扩大活动影响力。

八、职责分工

（一）国家老年大学主动健康学院

1. 负责授课专家邀请、对接，负责课程内容审核、上线，确保讲座的专业性。

2. 通过国家老年大学抖音号、视频号、人民日报新媒体客户端等新媒体矩阵发布活动相关宣传内容。

3. 提供活动整体宣推物料设计。

4. 承担讲课费、交通费、住宿费等专家相关费用。

（二）国家老年大学青岛分部

1. 负责活动的整体组织工作，包括场地调配、日程安排、观众组织、现场物料（海报、易拉宝、伴手礼等）制作和摆放等。

2. 聘请专业团队按国家老年大学标准进行讲座录制、剪辑、制作工作，并承担课程录制相关费用。

3. 配合巡讲活动，围绕《国医名师课》结合地方实际情况开展系列宣传推广活动（如义诊、志愿服务等形式），形成整体宣传活动方案。

国家老年大学“康乐中国行”——乐龄畅呼吸 威县站巡讲活动方案

一、活动背景

为实施积极应对人口老龄化国家战略，落实教育部关于支持、指导威县老年开放大学运行的指示、批示要求，推进国医名师课等优质资源覆盖基层，国家老年大学联合广州国家实验室于河北威县开展“康乐中国行”——乐龄畅呼吸 威县站巡讲活动。

活动由国家开放大学（国家老年大学）、广州国家实验室共同主办，威县开放大学承办，河北开放大学协办，由广州国家实验室负责邀请专家进行呼吸系统常见疾病防治知识等科学普及讲座，提高威县老年学员主动健康意识。

二、活动组织

主办单位：国家老年大学、广州国家实验室

承办单位：威县开放大学

支持单位：北京国家开放大学教育基金会、河北开放大学、威县人民医院、国开泛在(北京)教育科技有限公司、国开贝和教育科技有限公司（北京）有限公司、人民日报新媒体中心

三、活动时间

2025 年 6 月 29 日周日 9 点

四、活动地点

威县人民医院报告厅

五、活动安排

播放暖场宣传片：国家老年大学宣传视频、“国医名师课”宣传视频、广州实验室宣传视频

（一）致辞及讲话环节（9:00-9:20）

活动由教育部驻威县挂职副县长高云主持

1. 威县县长 XXX 致欢迎辞（3 分钟）
2. 河北开放大学领导 XXX 致辞（3 分钟）
3. 广州国家实验室领导汪会盛讲话（5 分钟）
4. 国家开放大学（国家老年大学）党委委员、副校长范贤睿讲话（8 分钟）

（二）慧龄空间签约及图书捐赠仪式（9:20-9:30）

1. 慧龄空间签约、授牌仪式（5 分钟）

由基金会秘书长与威县开放大学领导现场签约、授牌。
相关领导见证。

2. 国家开放大学向威县老年大学捐赠图书（5 分钟）

由国开学习资源部领导捐赠，威县开大相关领导接受。
相关领导见证。

（三）主动健康讲座环节（9:30—11:00）

主讲专家（3 位，1 位待定）：杨新婷、崔健

讲座内容：待定

（四）义诊环节（11:00—12:30）

于威县人民医院报告厅，设置义诊区域，由三位专家为有需求的老年大学学员提供一对一的义诊服务。学员携带病历、检查报告等资料，医生结合专家讲座知识，为学员诊断病情、制定治疗建议和健康管理方案。

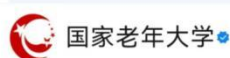
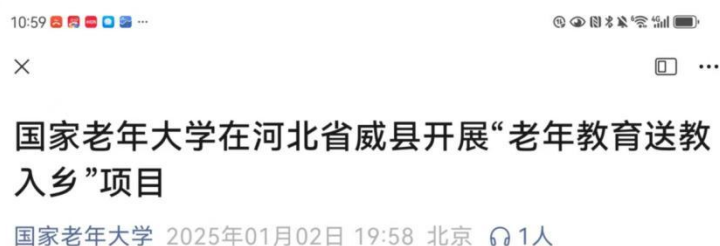
六、活动保障

（一）多平台讲座直播

活动由国开泛在全程保障,通过国家老年大学官网、app、小程序及人民日报客户端“视界”等平台全程直播。同时按照国家老年大学课程录制标准进行录制,成片将纳入全国老年教育公共服务平台“国医名师课专题讲座”栏目。

（二）现场讲座义诊

由广州国家实验室邀请专家进行讲座,专家携带相关仪器设备为现场老年学员义诊。国家老年大学提供活动宣传品(帆布袋、药草锤、宣传册等)150份,邮寄至威县,由威县开大负责现场摆放。



国家老年大学“康乐中国行”——国医名师课巡讲活动京外首站登陆宁波

国家老年大学 2024年12月02日 21:30 北京

11月29日，国家老年大学“康乐中国行”——国医名师课巡讲活动京外首站在宁波举办。全国名中医、首届岐黄学者张洪春教授作专题讲座。国家开放大学（国家老年大学）党委委员、副校长范贤睿，国家老年大学主动健康学院特聘教授濮传文，宁波市委老干部局副局长、二级巡视员张晖，宁波开放大学党委书记蒋士勇等出席活动。活动由宁波开放大学党委委员、副校长郭玮主持。



中医药传统文化与基本知识

翟双庆

北京中医药大学教授
主任医师
博士生导师



陈子杰

北京中医药大学教授
医学博士



老年人中医体质辨识与调理



王济

北京中医药大学教授



王琦

中国工程院院士
国医大师



李英帅

北京中医药大学教授

养生功法八段锦

代金刚

中国中医科学院医学实验中心研究员
医学博士
博士生导师



消化系统疾病 中医药防治与康复





**44年前，华罗庚院士
为广播电视大学上开学第一课！
44年后，张伯礼院士
为国家老年大学讲开学第一课！**

3月17日上午10点，国家老年大学开学第一课如期开讲，中国工程院院士、国医大师、天津中医药大学名誉校长张伯礼先生为全国各地的老年朋友们讲授《中医药助力老年健康》，共同开启国家老年大学学习新篇章。



国家老年大学



63 9 30 5



国家老年大学新学期开学啦 | 全国百万老年学友 共上开学第一课

国家老年大学 2024年03月19日 20:45 北京



3月18日上午10:00, 国家老年大学播出开学第一课《感受中国传统音韵之美——古筝》, 各分部分纷纷组织老年学员线上线下集体学习开学第一课。国家老年大学全平台及融媒体矩阵、国家开放大学学习网、国开终身教育平台, 央视频、学习强国、优酷、爱奇艺、抖音、B站等多平台、多渠道同步播出, 超261万人共同观看。

全国百万老年朋友相约国家老年大学“重阳康乐大讲堂”

国家老年大学 2023年10月23日 22:05 北京



为弘扬尊老敬老的中华民族传统美德, 主动承担爱老助老的社会责任, 2023年重阳佳节来临之际, 国家老年大学和中国民办教育协会联合组织开展了一系列线上线下活动, 为全国的老年朋友带来了“重阳康乐大讲堂”, 赠送了“重阳暖心课程大礼包”, 与全国老年朋友一起度过了一个有意义的重阳节。

“重阳康乐大讲堂”通过国家老年大学官方抖音号、视频号, 央视频等平台全网播放, 特邀北京大学人民医院主任医师胡大一教授, 中国中医科学院原院长、首席研究员曹洪欣教授, 北京中医药大学东方医院推拿理疗科主任医师付国兵教授等嘉宾, 分别以《健康从“心”开始》《中医守护健康》《颈椎的居家护理》为主题, 为全国老年朋友讲授健康知识, 并在线解答提问。这是国家老年大学的首次抖音直播活动, 未来将在官方抖音号持续分享适合老年人的优质课程内容。

4.5 名师引领的双师协同模式

贤睿同志：

为贯彻落实国家老年大学“德学康乐为”办学宗旨，发挥国家老年大学作为我国老年教育“主渠道”、主动健康“强导向”的作用。今年1月9日，国家老年大学主动健康学院正式成立。3月15日，国家老年大学主动健康课程建设专家研讨会召开，会议明确主动健康课程建设要按照“主动健康，中医药为先”基本原则，启动主动健康课程建设。经与专家研讨论证，首批拟建设六门国医名师课，课程建设所需经费由直属学院列支，已列入国家老年大学2024年度预算。具体实施按照《国家老年大学主动健康国医名师课建设实施方案》（详见附件2）执行。

妥否，请示。

- 附件：1. 国家老年大学主动健康课程建设专家研讨会
专家意见
2. 国家老年大学主动健康国医名师课建设实施方案

国家老年大学直属学院

2024年5月13日

附件1：