

“纵横信息数字化学习”提高老年现代学习能力的新的尝试

周秀君 广东省潮州市老干部大学

我与纵横码结缘已经整整八年。回顾走过程，从参加培训获“特许导师”，到潮州市办一些培训班到设立纵横码应用课程教学，到开展课题科研等一系列工作，从个人学习能力和素质提高的变化，从各期课程学员取得的学习效果。我认识到，纵横码是老年朋友开启电脑大门的一把“金钥匙”；是“纵横信息数字化学习”提高老年人现代学习能力的最佳途径。

老年学习力是老年综合学习能力的简称，它是老年人可持续发展的能力。我校自 2005 年起秋季设立“电脑与纵横码应用”课程，由我负责授课，指导学员学习纵横码和计算机操作，引领学员迈进汉字信息化大门，使之成为具有现代学习能力的老年人。该课程先后已办班 8 期（每学年为一期，共 36 场次），培训学员 200 多人。使他们从原来具有传统学习能力（即基本学习能力）发展成为具有现代学习能力——较为熟练地掌握纵横码和计算机。

我的教学实践经验是：

一、用榜样的力量，树立学习信心，激发学员学习动力

我校曾对 2082 名老年人进行问卷调查，调查结果，老年学习力高者和较高者占 45.97%，老年学习能力高者和较高者占 42.6%，而老年使用计算机能力高者和较高者仅占 23.68%。为什么老年现代学习能力（掌握计算机能力）的比率如此之低呢？通过调查分析，我们认为老年群体与其他群体学习计算机有不同之处，首先是思想认识存在障碍，自认“人进入老年就是人生衰退期，记忆力差，手眼不灵，反应迟钝，英语不懂，拼音不准，操作计算机是高新科技，是青年人的专利，老年人可望而不可摸，只好望‘机’兴叹”！面对老年学员思想实际，首先是帮助老年学员克服思想障碍，树立信心，激发学习动力。我的做法是：

1、讲个人学习切身体会，增强学员学习信心。课程教学开始课，我十分重视讲述纵横码特点和纵横码推广情况，介绍纵横码是易学、易懂、易上手的优秀汉字输入法，是开启老年人走进电脑世界的一把“金钥匙”，是老年人学习汉字输入的最佳选择。我介绍自己自 2004 年 5 月被学校派遣赴珠海参加华南地区纵横码首期特许导师培训班后，几年来在培训老年人以至幼儿、小学、中学及各类不同人群的教学效果，以及历年来组队参加纵横码各场大赛所取得的优异成绩，让大家对纵横码有了良好的认识。

2、树立学习榜样，激发新学员的学习动力。我选取各期有代表性学员的学习心得向新学员宣读，其中有年届耄寿、文化程度低的离休老干部刘莲，通过一学年学习，能够经常在网上与外地的儿子、孙子交通信息，联络感情，能在网上寻找保健、食疗等资讯资源，能为老伴整理“革命回忆录”，被家里人称为知识老人；还有一些退休干部、普通职工和不同类型学员的学习收获和体会，他们都是从零开始，从惧怕到喜欢、到钟爱的心理变化过程，从对电脑一无所知到能遨游网络：能看新闻、找资料、玩 QQ、寄电邮、写文章、发稿件等，让人们“刮目相看”，对生活充满自信，彰显了个性，体味人生乐趣。特别是当听到文盲学员许岳婵，经过刻苦学习，学会纵横码，能与远在澳大利亚的女儿传寄邮件、并在中国社会科学院举行“我的家乡纵横行”电子作品大奖赛颁奖大会现场上，

与老师一起登台展示了“应用纵横码手机输入对话技能”，备受好评一时传为佳话。这一桩真人真事，极大地激励着一批又一批老年学员的学习信心！

3、结合教学，引导学员树立正确老年观。在学员掌握纵横码，进行文章录入训练时，我编入《人生 60 才开始》等学习内容，让学员在练习录入操作的同时，潜移默化，帮助学员树立起正确老年观，领悟到要珍惜人生第二春。只要肯学习，老年人能够有所作为。进一步激发学员学习动力。

二、规划课程教学内容，提高老年现代学习能力

什么是老年现代学习能力？简单地说，老年人能够比较熟练地使用计算机，能应用服务于老年生活，这是相对于传统老年学习能力而言，（即老年基本学习能力——听、读、说、写等能力）。从我校设立“电脑与纵横码应用”课程的目的来说，其一是让老年人比较熟练地掌握纵横汉字输入法；其二是能应用纵横码开启电脑大门，让老年人迈进网络世界，用以充实丰富服务老年人生。为此，我们从老年实际出发，整体规划，分步实施，以一学年为期，达到“三项基本训练”，“突出两项应用”，以此作为提高老年现代学习能力而设定的课程教学内容。

“三项基本训练”：

一是使用电脑的基本训练：包括认识什么是电脑，学习开机关机的方法；介绍鼠标、键盘的功能和操作方法。

二是“纵横汉字输入法”基本训练：包括认识笔形、口诀、单字取码原理及难字分析，词组规则到文章录入方法（这是重头戏，是基础）。

三是用纵横码录入文章的基本训练：包括认识 Word 软件、应用 Word 软件，学习用纵横码在 Word 软件上录入文章、编辑文章、保留文章。

“突出两项应用”：

一是应用纵横码：应用纵横码在 Word 软件上编辑图文并茂的电子文档（学习【插图】、【选定】、【删除】、【复制】、【粘贴】、【保留】等操作）；应用纵横码撰写个人学年总结。

二是应用纵横码，走进互联网：应用纵横码上网冲浪，学习设置主页、收藏网址；用纵横码键入关键词，用搜索引擎寻找自己需要的资讯，共享互联网知识资源；学习邮件的收发和通讯录的设置；申请 QQ 玩转 QQ……等。

三、优选教学方法，提高学习效力

实现老年现代学习能力，选择适宜的教学方法十分重要，我们采取讲授—训练—辅导等指导方式，辅以课外活动方式，包括讲座、课外竞赛活动等。

我在课堂教学中采取下列教学方法：

1、根据老年人特点，用通俗的语言，让学员听得懂，听得明白，同时结合实际计算机操作练习；

2、采用“一步二回头”的教学方法。即在学习新内容之前，复习上一节的内容，系统连贯，承前启后，不断反复，加强老年学员记忆，巩固学习成果；

3、用心编写教材，精心备好每节课内容与知识，印成学习资料，供学员带回家学习和复习。

4、以学员为主体的课堂学习，充分调动学员的主动性、创造性，实现教与学的互动互促；同时安排一定时间作个别辅导与答疑，以减少课堂教学的遗留问题；

5、课堂上教师要多让学员提出问题，师生一道解决问题；让优秀学员在课堂上介绍学习成果与体会；实现学员之间的知识横向联系，形成互学互帮互促的学习氛围。采用和选择上述教学方法，学员学得主动取得明显学习效力。

四、尊重个别差异，开发学习潜力

我校“电脑与纵横码应用”班级中学员之间差异性较大，突出的是年龄差异和文化程度差异，对这些特殊学员采取下列的教学方法

1、用课外辅导补课方法，为让年龄较大、文化程度偏低的学员能跟上，采取课内和课外辅导相结合的办法，手把手辅导，让他们跟上学习步伐。

2、为文盲学员量身裁衣的教学方法：对文盲许岳婵、胡丽纯等学员，为他们另外增设识字课，以幼儿园“学前巧识字”的教材为识字本，不断增加她们的识字量，让他们既学电脑、学识字，又学纵横汉字输入法。文盲、科盲一起扫，取得很好的效果。

3、学年后期，引导学员根据自己需要，带着问题，上网搜索，补充学习内容，为今后网上自学提供学习方法。

几年来课程教学的实践证明，老年学员通过一学年（约 36 场 72 课时）的学习，收到了意想不到的效果，能应用纵横码这把“金钥匙”，开启电脑大门，在电脑世界里自由翱翔：看新闻、听歌曲、找资料、学文化、写文章、与亲朋好友谈心……老年生活过得多姿多彩；个别优秀学员的计算机操作技能也在不断提高。

纵横码引领老年群体迈进汉字信息化的大门，为老年群体打开电脑世界新天地，成为具有掌握现代信息技术的基本能力，共享现代科学技术的新成果，实现老有所学，老有所乐，与时俱进，抒写丰富多彩的老年人生。

附件 1：学员“学习心得”

学习电脑“三步曲”成就自信

第一步曲：要我学。以前，家人一直鼓励我学习电脑，但我认为自己人生已步入老年，学电脑太难，而且我也没有职业或工作的需求，不学也可过日子。2011 年 9 月，几个好姐妹再一次鼓励我报名学习电脑。她们说：潮州市老干部大学举办的“电脑与纵横码应用班”，专门为老年人开设，只要有心学，都能学会。还绘声绘色地讲述周秀君老师“桃李满天下”，教出来的学员能轻松上网，有的外出参赛夺冠，连不识字的家庭妇女都能学会等等。真人真事一件件，一桩桩，令我心动。我希望有一天也能像她们一样。在家人和朋友的鼓励下，我报读了“电脑与纵横码应用班”，有幸成为老干部大学一名“大学生”。

第二步曲：我要学。没想到，因此我与电脑结下不解之缘。报名后，我暗下了决心：“好好学习，学出名堂”。课堂上认真听讲，放学后勤奋练习。第一学期。在周老师悉心指导下，学会小键盘训练、笔形训练、单字训练、词组训练、文章训练等。从录入文字，编辑文章到制作图文并茂的唐诗插图作品，学到越来越多的电脑操作技巧。以前我是电脑盲，怎么开机、关机都不懂，现在不但掌握“纵横输入法”，而且能应用纵横码这把“金锁匙”遨游电脑世界，开拓了视野，越来越自信，变

成电脑“我要学”。这一切都是由于有了好老师周秀君的步步引导。

第三步曲：学我要。尝到学习电脑的甜头，学习电脑有了一发而不可收拾的冲劲。第一学期结束后，我毫不犹豫报读第二学期学习班。学会了自定义，上网看新闻，QQ聊天，发送邮件……在神奇天地中间，轻松愉快地遨游，随心所欲上网、搜索网上资源、查看太极拳视频、下载 mp3……只要我想要学的，就能通过上网搜索到相关知识自学。进入了“学我要”了。实践证明：“世上任何事物，只要认真学习，刻苦钻研，持之以恒，别人能学会的，我也一定能学会”，学习电脑使我充满自信。

从“要我学”到“我要学”到“学我要”的飞跃。一句话：人生步入老年，完全可以学会电脑

“电脑与纵横码应用班”第八期乙班学员 蔡秀蓉

2012年5月23日 星期三

附件 2: 学员“学习心得”

纵横码开启人生第二春

2011 年 9 月 5 日, 金风送爽, 潮州市老干部大学第八期“电脑与纵横码应用班”开学, 这是我翘首期待已久的日子, 我怀着愉悦的心情, 踏着轻快的步伐, 怀着一颗孩童时求知的欲望, 早早来到课堂, 渴望学习优秀的“纵横码输入法”, 尽快进入网络世界, 掌握现代信息技术。学会电脑使我的 人生翻开崭新的一页, 既充实快乐, 又多姿多彩!

一、掌握纵横码这把金钥匙, 让我告别“现代文盲”

我是一个“电脑盲”, 对电脑技巧一无所知, 看到老公在电脑前嘀嘀嗒嗒熟练地敲打键盘, 多么羡慕, 渴望自己能上网遨游该多好啊! 退休后我有充裕时间重温读书梦, 我珍惜每节课宝贵的学习时间。

周老师精心授课, 她针对老年人记忆力减退, 接受能力差这些特点, 教学由浅入深, 反复讲解、演示, 不厌其烦地为学员授业解惑。她走下讲台到每个学员电脑前手把手辅导, 使我很快地掌握“纵横码输入法”, 有这把金钥匙, 学会使用 word 软件中录入文章, 编辑文章, 保存文章, 选择心仪色彩和字体修饰文章, 把文章打扮得漂亮。还学会在唐诗《春晓》《静夜思》中插入表达诗意的图片, 制作成赏心悦目的电子作品, 保存在文档以供欣赏。周老师引领我打开网络世界之门, 步入网络世界, 使我告别“现代文盲”!

二、纵横码激发求知欲, 让我对新知识孜孜以求

“兴趣是学习的母亲”。课堂上我认真听讲, 不懂的地方虚心请教。为防止健忘, 对老师讲到重点的地方, 我采用速记的方法, 跟着老师边讲边操作边速记, 三者配合, 一神三用, 乐此不疲, 其实也是预防“老年痴呆症”的最佳办法。对老师再三强调的知识点, 我用红笔勾勒注释。回家打开电脑温习时, 遇到疑难点, 翻开课堂笔记, 能起到释疑解惑的作用, 攻关难点成功, 成就感会从内心油然而生,

从而激起乐趣!“笨鸟先飞”“勤能补拙”, 对我来说是有效的学习方法。开学前和平时勤于翻看学习资料和笔记, 重温每节课的知识要领, 勤学、勤思、勤练, 就能加深理解, 巩固所学知识, 真所谓“一份耕耘, 一份收获”。

三、纵横码引领我在电脑写文章, 收获写作的快乐

纵横码引领我在电脑上写文章, 给我大有用武之地。我班是一个和谐快乐的班集体, 学习上互学互帮, 课余全班师生结伴春游, 放松身心。我把旅游中所见所闻, 在电脑上施展我写文章的本领, 抒发师生们对大自然美丽风光的情感。在电脑上写文章的优点是: 修改便捷, 书面整洁, 字体工整, 随意选择心仪色彩、字体。当完成的整篇游记在电脑上出现, 愉悦之情溢于言表。随后文章被学校

采用，议发表于老年刊物《秋晖》杂志 2012 年 6 月第九期，收获了写作的快乐！

我到华东五市旅游，拍摄每一幅胜景，捕捉到每一个瞬间的美景都一一录入电脑，回来与家人共同欣赏祖国河山的美丽，并用电脑写旅游途中所见所闻和乡土人情，抒发我对名胜风景的赞美之情。电脑是我写作的便捷工具，留下快乐的情愫，虽然时过境迁，而当打开电脑时，又让你仿佛“旧地重游”，乐在其中。

四、纵横码使我遨游网络，增强亲友之感情

我学会上网冲浪，怀着一颗好奇之心，进入五彩缤纷的电脑世界，搜索资讯、图片下载、转发，浏览网页、国内外大事、要闻，学习医学保健知识，查阅资料，阅读名家名作。夫妇共同欣赏喜爱的交谊舞、拉丁舞、太极拳表演，收看收听美妙动听的名曲，浏览世界各地风光，使你觉得外部世界真精彩。

学会与亲朋好友 QQ 聊天，与远在澳洲悉尼的弟弟互收发电子邮件，在电脑同一天地间，姐弟拉近了距离，时时传递亲情，增强亲友之间交流。

现我与电脑结下不解之缘，成为“心仪的老伴”，家庭的“百科全书”。在这个日新月异的科技窗口，瞬息万变的外部世界，电脑改变我平静的生活，使生活丰富多彩。感谢老干部大学的领导，感谢周老师吾多位老师为我们提供丰富的精神食粮，使我在学校电脑班、中医班、西医养生保健班、舞蹈班里，既学到了很多知识，充实生活，又促进身心愉悦！

古代哲人说：“少而好学，如日出之阳；壮而好学，如日中之光；老而好学，如炳烛之明”。

我要跟上时代步伐，学无止境，老而好学，用炳烛之明照亮我的老年人生，焕发人生的第二春！

“电脑与纵横码应用班”第八期甲班学员：周爱平

2012 年 5 月 23 日 星期三