

# 湖南开放大学文件

湘开大校通〔2023〕119号

## 关于举办湖南开放大学首届老年教育 微课大赛的通知

各分校、相关学院：

为全面推进湖南老年大学建设，加强老年教育课程资源建设，进一步提升学校老年教育内涵建设水平，积极打造和培育老年教育品牌，实践老有所为、老有所学的终身教育理念，经研究决定举办湖南开放大学首届老年教育微课大赛。现将有关事项通知如下。

### 一、活动主题

技术赋能，打造优质老年教育课程资源。紧密围绕老年人生活学习的需要，服务新时代积极应对人口老龄化国家战略，整合办学体系教学力量，建设优质老年教育课程资源，体现学校“开放、灵活、优质、便捷”的办学理念。

### 二、参赛对象



湖南开放大学办学体系各分校、相关学院教师。

### 三、选题范围

参赛的微课在时政学习类、艺术表演类、语言文化类、旅游景观类、美容服饰类、智慧生活类，详见附件 1。

### 四、参赛内容及要求

(一) 参赛的微课小而精，具有鲜明的老年教育特点，适合老年人居家在线学习，讲授知识贴近老年人生活，教学内容积极健康，充满正能量。

(二) 参赛微课内容完整、知识正确、逻辑严密、条理清楚、图文并茂。参赛微课视频声音清楚、图像清晰、画面美观、形式灵活、语言生动、通俗易懂。

(三) 参赛微课视频 5-8 分钟，格式为 MP4，分辨率为 1280\*720 (16: 9) 及以上，横屏录制，画面清晰。有片头片尾，片头使用统一片头 (见附件 2)。并同时提交该作品的教学设计文稿，内容、格式与字数不限。

(四) 参赛作品 (含文本、图片、视频) 须为本人原创，不得抄袭他人作品、侵害他人版权，若发现参赛作品侵犯他人著作权，或有任何不良信息及内容，一律取消参赛资格，自行承担相关责任。

(五) 本次大赛以自愿参赛、资源共享为基本原则，微型课程 (含文本及对应的微课) 均视为作者授权同意湖南老年大学将作品上传至老年教育相关网站及平台供市民免费观看学习。

### 五、组织安排

#### (一) 时间安排



1. 6月至8月，教师制作微课，分校组织初评。

2. 8月31日前，各分校、相关学院将报名汇总表格（附件3）的word版和盖章后的PDF版，发送至大赛工作组邮箱。

3. 9月15日-9月30日，省校组织作品赛评审，公布获奖名单。所有参赛作品上传至湖南老干部（老年）开放大学平台展播。

## （二）工作组织

1. 省校：设立大赛工作组，大赛工作组设在终身教育指导服务中心，具体负责大赛组织实施工作。对于大赛中可能涉及的舞弊等违反比赛规则的行为，以及版权纠纷等事宜，可向大赛工作组投诉。

2. 分校（学院）：根据大赛工作要求，组织落实参赛工作；指定专人承担大赛组织和联络工作；积极组织、发动教师、教师团队参加比赛，给参赛教师提供相关支持；对参赛作品进行初评，推荐优秀作品至省校参赛。

## 六、作品提交

（一）本次大赛不接受纸质作品，请各分校、相关学院将参赛视频所用封面、视频、报名表（附件4）、教学设计文稿等放在同一个文件夹中，以“课程名称+单位+姓名”命名打包发送至大赛工作组邮箱。

（二）各分校、相关学院最多推荐5个微课。如以教师团队参赛，每个微课教师团队不超过5人。

## 七、奖励奖项

（一）根据评审结果，确定微课获奖等级。设一等奖3名，二等奖5名，三等奖10名，优秀奖若干；优秀教学设计奖20名。



所有获奖作品将发放荣誉证书及奖品。

(二) 根据各分校、相关学院组织参赛及获奖情况, 确定优秀组织奖若干。

(三) 省校将根据老年教育课程资源建设计划在获奖作品中吸纳优质选题、脚本、主创教师, 进入省校老年教育精品课程资源建设项目。进入项目建设的主创教师同时成为老年教育课程建设团队成员。

## 八、联系方式

湖南开放大学终身教育指导服务中心

联系人: 罗智

联系电话: 19973305066

大赛邮箱: hnlaonianzaixian@163.com

- 附件: 1. 湖南开放大学首届老年教育微课大赛选课指南  
2. 湖南开放大学首届老年教育微课大赛统一片头  
3. 湖南开放大学首届老年教育微课大赛报名总表  
4. 湖南开放大学首届老年教育微课大赛报名表





## 附件 1

# 湖南开放大学首届老年教育微课大赛选课指南

一、时政学习类：政策解读、新闻热点、时事要闻、法治课堂、法律案例、历史故事

二、艺术表演类：音乐鉴赏、器乐表演、歌曲演唱、舞蹈表演、戏曲表演、时装表演、形体训练

三、语言文化类：国学基础、诗歌欣赏、经典诵读、文学欣赏、书法、美术、绘画

四、旅游景观类：湖南名胜、湖南景点、湖南公园、湖南古镇、湖南美丽乡村、湖南古建筑

五、美容服饰类：服饰穿戴、美容化妆、皮肤护理、发型编梳、头发护理、美甲

六、智慧生活类：网上学习、网上购物、微信使用、手机导航、手机购物、手机拍照、电子相册制作、手机防诈骗

七、运动健身类：太极拳、太极剑、八段锦、健身操、坝坝舞、球类、棋类

八、手工制作类：纸艺造型、布艺制作、工艺品制作、手工编织、丝网花制作

九、园林花艺类：常见花卉栽培、观赏果蔬栽培、家庭插花艺术、常见花卉欣赏、观赏植物识别、中国园林景观、



## 盆景制作

十、糕点制作类：中式面点制作、西点烘焙、特色甜点制作

十一、果蔬雕刻：蔬菜雕刻、水果雕刻、果蔬拼盘、果蔬创意造型

十二、茶艺茶道类：茶叶知识、茶道文化、茶叶冲泡、茶艺表演

十三、非遗工艺类：陶艺、泥塑、剪纸、刺绣、竹编、竹雕、木雕、石刻、蜡染、扎染、版画、花烛、石画、花灯、折扇、夏布

十四、医学护理类：养身保健、自我照护、中医按摩、中医养生、急救常识

十五、生命教育类：心理健康、生命教育、安全教育、生命尊严、临终关怀

十六、家政服务类：婴幼儿照护、渝菜烹饪、科学膳食、衣物整理、生活小妙招、社区生活、家庭理财、宠物养护

十七、提升修养类：市民修养、家风家训、代际沟通、公共安全、低碳生活、绿色出行

十八、游学康养类：康养文化、文旅游学、休闲农场、康养小镇、康养温泉、康养食疗



附件 4

## 湖南开放大学首届老年教育微课大赛报名表格

报送单位名称：

课程名称	主创老师	联系方式
团队成员		
课程分类	课程总时长	
课程简介		
备注		