



青年夜校丰富城市夜生活 为青春充电 为丽州添彩

当城市的霓虹亮起,年轻人的“充电”时光才刚刚开始。今年以来,团市委积极推动“青年夜校”市政府民生实事落地见效,已建成教学点位13个,开设班次87个,服务青年上千人次。目前,青年夜校正悄然重塑城市夜晚的文化风景线,为青年描绘业余生活的斑斓色彩。

开设运动课程 引导健康生活方式

近日,青年夜校的燃脂尊巴舞课堂上一片火热。老师耐心地将复杂舞步拆解成一个个简单易学的动作,十几位零基础的学员跟随音乐节奏舞动起来。大家沉浸在舞蹈韵律中,尽情感受汗水流淌时那份由内而外的轻松与畅快。

“青年夜校对我来说特别有意义,目前我已经参加了4期课程,每

一期都带给我全新的体验。”学员骆江南表示,除了燃脂尊巴舞,他还参加了拳击、声乐和动感单车课程。声乐课帮助他克服了“不敢开口”的心理障碍,而几门运动类课程则让他在挥洒汗水中增强了体能。尽管每节课都练得大汗淋漓,但他从中感受到一种难得的舒畅,焦虑和疲惫也随之消散。

据悉,青年夜校项目积极响应国家“体重管理年”号召,开设了街舞、燃脂训练营、燃脂尊巴舞、网球、羽毛球等运动健康课程。

这些课程为广大青年提供了专业、便捷的运动健身平台,有效引导他们树立科学体重管理观念,助力营造“全民参与、人人健康”的良好社会氛围。

规范运行机制 打造青年“充电站”

今年以来,青年夜校项目紧密围绕青年群体在精神文化、技能提升和社会交往等方面的需求,通过系统化设计、社会化运作与精准化服务,积极构建“白天上班、晚上充电”的青年成长新生态,助力青年实现自我提升。

为确保项目开展规范高效,青年夜校创新建立了一套涵盖“需求征集、课程审核、报名点单、安全授课、监督反馈、整改完善”六大环节的闭环管理机制,并配套完善学员告知书、结业证书、合作协议等一系列标准化模板。同时,招募青年志愿者充实督学岗位,全程跟踪教学过程,监督教学质量,有效保障教学秩序与学习体验。

在教学阵地建设方面,严格遵循“便捷可达、功能实用、氛围友好、安全合规”四大原则,精心遴选整体风格时尚、充满活力、环境整洁明亮的场地作为青年夜校教学点。通过巧妙布置宣传海报、学员作品展示墙等元素,营造出青年愿意来、学得舒心、用得安心的友好氛围,使教学点不仅成为学习场所,更逐渐发展为深受青年喜爱的社交空间。

课程设置上,青年夜校精准对接青年兴趣与需求,推出艺术、乐器、运动、生活美学等类型丰富、引领性强、贴近生活的多样化课程。在时间安排与教学形式上灵活创新,设立“夜班”“午休班”等不同时段课程,并提供体验课、系列课、专题课以及入门与进阶等多层次课程组合,切实满足青年差异化需求。同时,配套开展成果展示、互动宣讲等活动,进一步增强学习的层次感和获得感。

“公益性是我们的首要原则。在课程设置前,我们通过线上问卷和线下座谈广泛征集青年意见,并据此遴选合作机构。运营方面,坚持“青年出一点、社会让一点”的公益理念,以较低收费覆盖师资、保险等基础成本,既减轻青年经济压力,又保障夜校可持续运营。”项目负责人介绍。此外,青年夜校严格课程准入与质量评价,坚决杜绝商业推销,并通过优质课程评选推动教学内容持续优化,确保青年学有所获、学有所成。

青年夜校不仅传授知识与技能,更以青年实际需求为核心,用真诚服务传递城市温度。接下来,青年夜校项目将持续拓展民生实事的覆盖半径,让每一处灯火通明的课堂,成为年轻灵魂向前奔跑的温暖驿站,也为他们的成长之路创造更多可能。

推进“青年入乡” 搭建城乡互动平台

今年,青年夜校课程突破传统地域限制,首次将优质课程资源下沉至乡村,让乡镇青年在家门口即可享受与城区同等的学习体验。

近期,每周四晚,古山镇党群服务中心三楼活动室内乐声悠扬,十余名青年跟随专业老师进行系统训练。这期青年夜校形体课程聚焦现代青年的实际需求,通过科学训练帮助学员改善体态、提升气质,满足职

场形象优化、社交拓展与健康管理等多元需求。

“课程针对办公室人群常见的含胸驼背、骨盆前倾等问题,采用渐进式训练体系。”形体老师景华介绍,课程前期侧重核心力量激活和基础姿态调整,后期融入步态训练与形体塑造,帮助久坐办公室的青年群体逐步唤醒身体机能,实现从形体改善到气质提升的转变。

青年夜校古山校区的设立,是我市推进“青年入乡”工程的重要举措。该项目不仅为乡村青年提供技能提升平台,更通过课程设置促进城乡青年交流互动,助力青年与乡村的“双向奔赴”。

下一步,青年夜校项目将持续优化课程体系,扩大乡村教学点覆盖面,让更多青年在家门口就能享受优质教育资源,为乡村振兴注入青春动能。

拓宽师资渠道 支持青年创业就业

师资力量是青年夜校持续焕发活力的核心源泉。

针对传统教育模式局限,青年夜校项目构建“多元协同、青老传承”的师资机制,广泛吸纳机关单位业务骨干、社区达人与培训机构资深讲师,让各行各业的“隐藏高手”走上讲台;同时重点发掘青年才俊,既为教学注入新生力量,也拓宽青年创业就业渠道。讲师积累经验、学员获得技能,形成育人育才的双向循环。

目前,已建立56人的骨干师资

库,严格实行“意愿—风格”双匹配机制,并建立以教学效果和学员反馈为核心的动态管理及退出制度,确保师资队伍源头活水、常教常新。

今年新设的篆刻课程成为热门选择,授课教师应开朗是书法硕士、省书协会员。在日常摸排中,工作人员掌握这一优质师资资源后,多次上门洽谈,最终打动了这位新锐青年艺术家。为让“零基础”年轻学员快速入门,应开朗创新教学方式:从刀法基础逐步进阶,为学员定制姓名章,提升成就感。“学员的热情

深深感染了我。”应开朗说,“希望通过青年夜校让传统艺术真正走进年轻人的生活。”

如今,“专家指导+青年传承”已成为夜校特色教学模式。项目负责人表示:“我们注重发挥青年人才在文化传承中的桥梁作用——他们既具备专业功底,又能以同龄人视角激发学习兴趣。”

下一步,青年夜校项目将重点建强青年师资培育体系,链接青年就业创业需求,推动传统技艺在年轻群体中薪火相传、焕发新生。



咖啡鉴赏

燃脂训练营

融媒记者 何悦 杨成栋