



上海老年教育慕课平台

(移动版)

操作手册

2019年6月

第一部分：关注“上海老年教育慕课”微信公众号或小程序

1. 扫描下方二维码，关注“上海老年教育慕课”微信公众号：



2. 点击“慕课学习”菜单，进入课程学习界面

The screenshot shows the WeChat official account interface for "Shanghai Senior Education MOOC". The top bar has a back arrow, the account name "上海老年慕课", and a profile icon. Below the header, there is a message card with the text "冬天，要预防这种病！" and a small cartoon illustration of a person looking out a window. A timestamp "昨天 下午5:32" is visible. The main content area displays several course recommendations and articles. One article features a photo of various vegetables and the title "[课程推荐] 你会正确保存食物吗？". Another article shows a building and the title "优秀历史建筑和历史风貌如何保护？上海新规今起征求您的意...". A third article shows a person at a computer and the title "那些年，我们练就的“偷看电视”大法". At the bottom, there is a red arrow pointing to the "慕课学习" (Course Study) button in the navigation bar, which is highlighted with a red box. Other buttons in the bar include "老年慕课" and "最新资讯".

3. 或者扫描下面小程序码，进入课程超市：



■ ■ ■ 中国移动 81% 09:28

< 上海老年慕课 取消

全部 文章 公号 音乐 问答 视频 小程

上海老年慕课 - 公账号

 上海老年慕课
推出老年教育精品在线开放课程，让更多老年人享受更高质量的教育服务。

上海老年慕课 - 小程序

 上海老年慕课
推出老年教育精品在线开放课程，让更多老年人享受更高质量的教育服务。
上海电达信息技术有限公司

活到老学到老！上海老年版“慕课”来了！
 上海老年版“慕课”上线了！纸质书、电子书、多媒体课件、移动微资源等“四位一体”的组合教学方...
上海学习网 2016-1-18

【资讯】活到老学到老！上海老年版“慕课”来了！
 指尖上的老年学... 2016-1-18

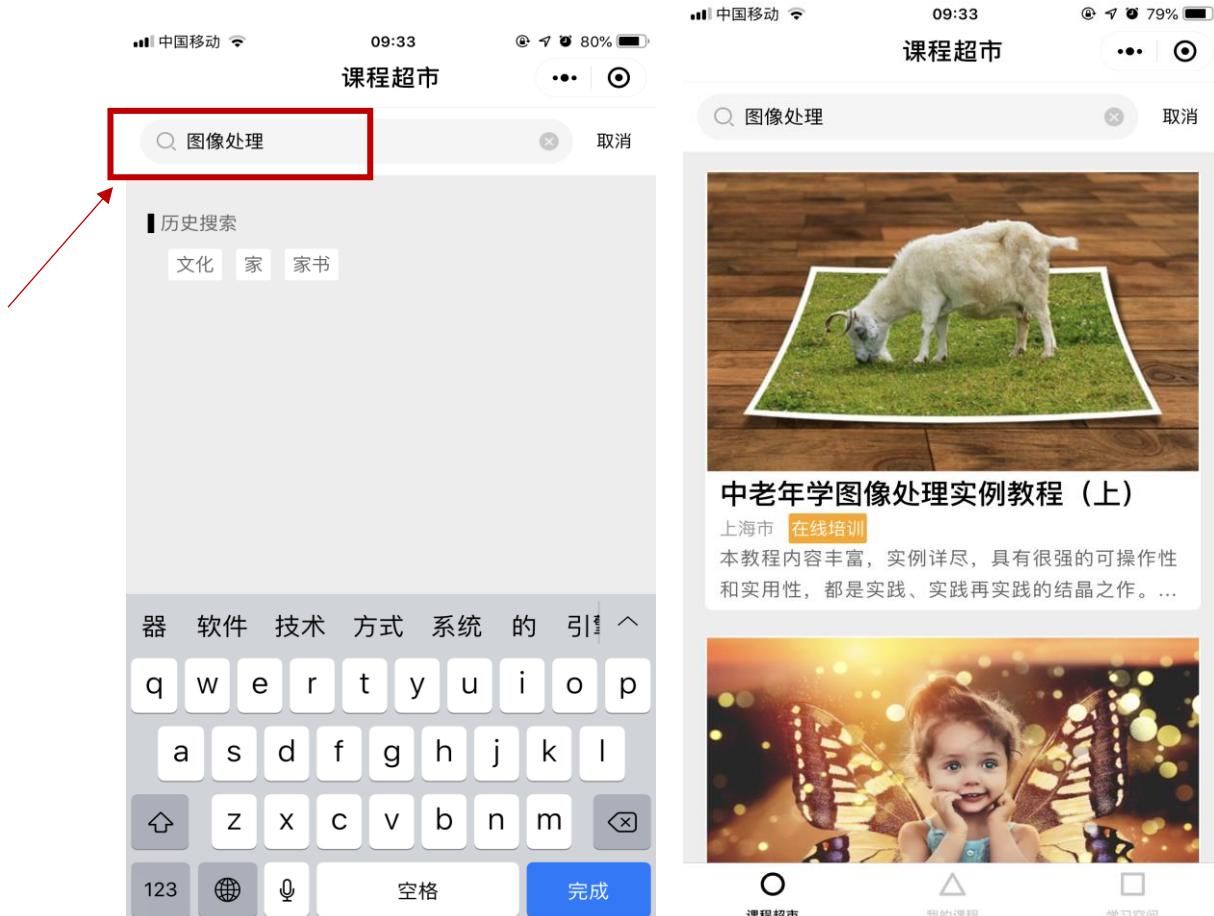
上海老年慕课 - 网页搜索 更多 >

第二部分：搜索课程、注册账号、登录、报名课程

- 进入应用在下面的选项“课程超市”中选择自己感兴趣的课程类别，或者通过搜索关键字查找自己想要学习的课程。

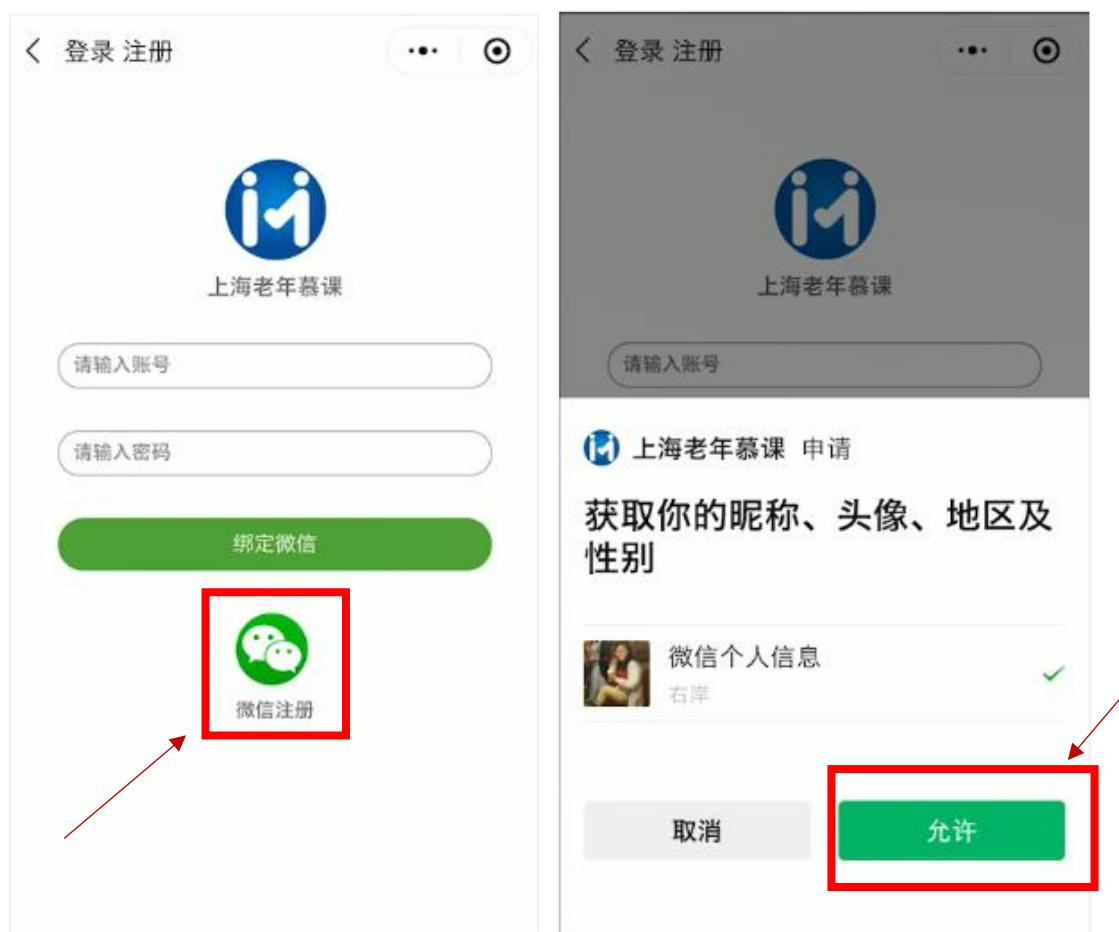


2. 比如，在搜索框输入“图像处理”，就会搜出所有课程名中包含“图像处理”这个关键词的课程。



3. 点击某一门的课程后，系统将第一次使用手机进行慕课学习的用户引导进入到“登录 注册”页面。如果已经在电脑端注册过，可以直接输入用户名和密码进行绑定。如果还没有注册过账号，您可点击“微信注册”按钮，“允许”微信获取您的昵称、头像、地区及性别后，就可以登录了。

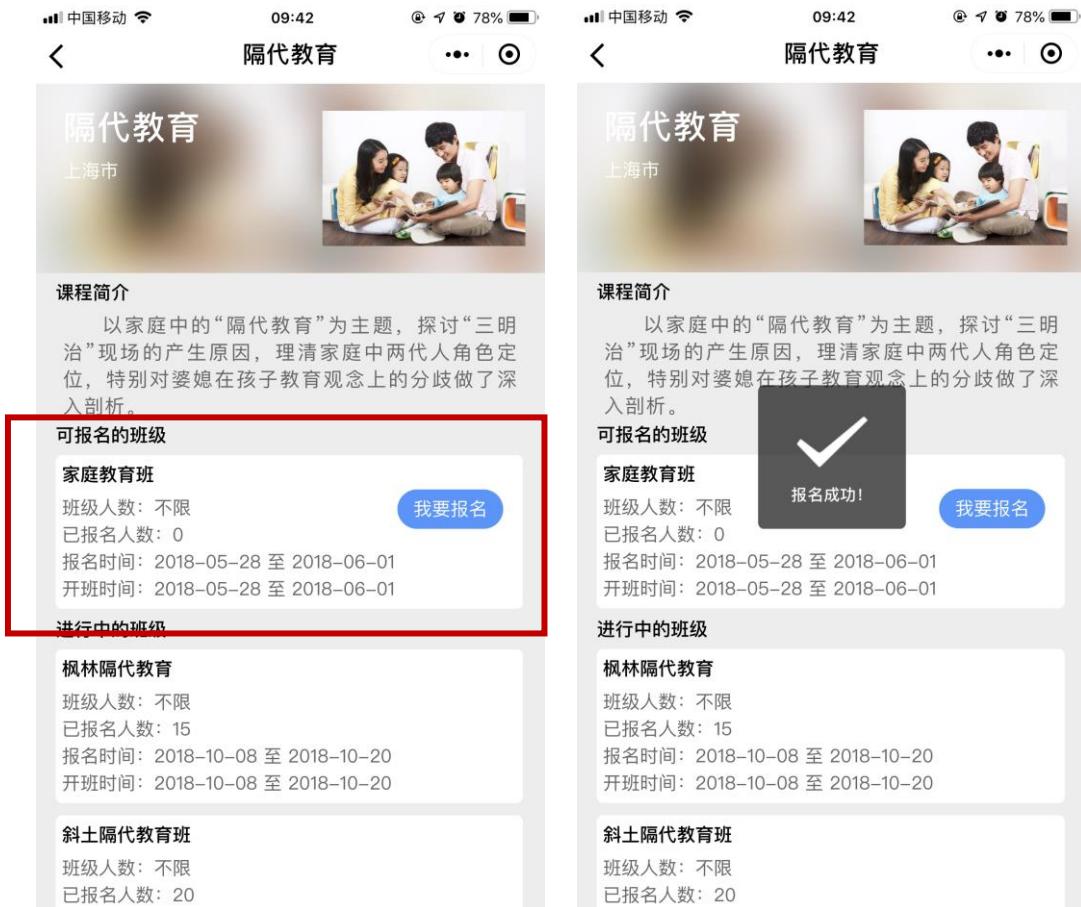
*注：用户首次登录需输入老年慕课账号及密码，之后可直接进入学习页面，无需再次输入账号或进行绑定操作。



4. 用户登录后，点击感兴趣的课程，进入“课程详情”页面，浏览该课程的详情信息，可以查看第一章的预览课程。确认需要报名的话，点击“去报名”按钮进入报名页面。

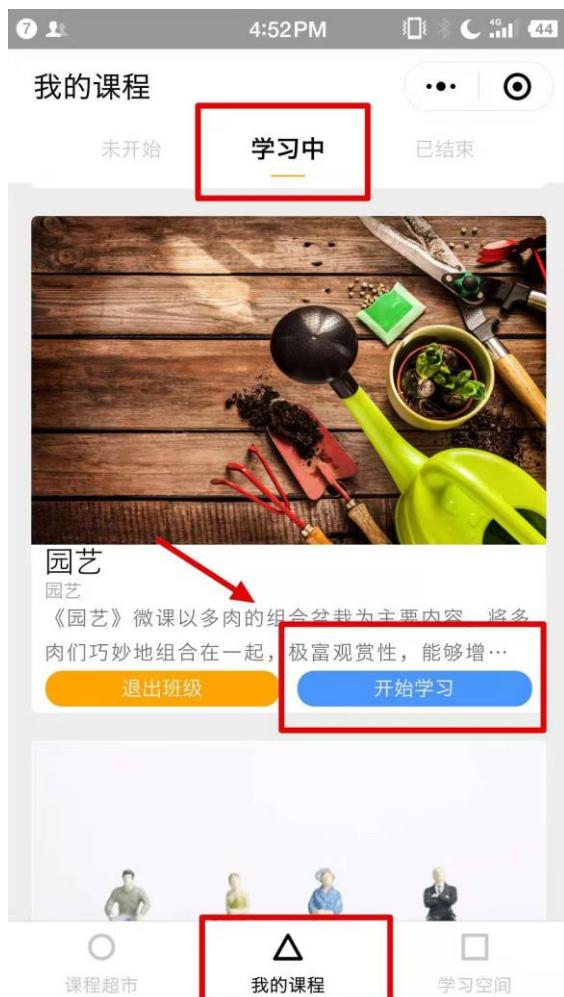


5. 在报名页面选择相应班级，点击“我要报名”按钮，等待审核通过即可学习该课程。



第三部分：在线学习

- 报名成功的课程，都会出现在“我的课程”菜单栏中。点击“我的课程”，就可以看到自己已经报名成功的课程及所在班级信息。点击该课程下“开始学习”按钮，进入课程详情页面。



2. 在“我的课程”页面中选择自己已报名成功的课程，点击该课程班级下方的“开始学习”按钮，进入课程详情页面。在课程详情页面，选择章、节、学习活动等目录下的小节进入在线学习。

The screenshot shows a mobile application interface for a course titled "舌尖上的健康" (Healthy Tongzian). At the top, there are standard mobile status icons for signal strength, battery level (80%), and time (09:29). Below the header, the course title "舌尖上的健康" is displayed, along with the location "上海市" (Shanghai) and a progress indicator showing "10%" completion. A circular progress bar is partially filled. To the right of the progress bar is a vibrant image of various fruits and vegetables, including apples, carrots, and tomatoes. Below the header, there's a section titled "课程简介" (Course Introduction) which contains a detailed description of the course's purpose and content. The main content area is divided into sections: "第一讲 肥胖二三事" (Section 1: Three Things About Obesity) and "第二讲 你的身体饱了吗?" (Section 2: Is Your Body Full?). The first section is currently active, showing a list of activities including "肥胖 肥胖与健康" (Obesity, Obesity and Health), "肥胖二三事视频教程" (Video tutorial for three things about obesity), "练一练 1: 根据视频制定一份健康的运动计划" (Exercise 1: Develop a healthy exercise plan based on the video), "讨论主题 1: 2014 年以来, 世界上 18 岁及以..." (Discussion topic 1: Since 2014, among 18-year-olds and above in the world...), and "拓展学习: 体质指数 (BMI)" (Extended learning: Body Mass Index (BMI)).

3. 在课程目录下选择不同环节，进入相应环节的在线学习。如下图
为相应的视频、阅读、作业、讨论、考试等环节。

The screenshot shows a mobile application interface for a course titled "舌尖上的健康" (Healthy Eating). At the top, there's a navigation bar with a back arrow, the course title, and other icons. Below the title, it says "上海市" (Shanghai) and "我的进度" (My Progress) with a circular progress bar at 10%. To the right is a colorful image of various fruits and vegetables. The main content area is titled "课程简介" (Course Introduction) and contains a detailed description of the course's purpose and content. Below this is a section titled "第一讲 肥胖二三事" (Lesson 1: Three Things About Obesity), which includes a sub-section "肥胖 肥胖与健康" (Obesity, Obesity and Health). A red arrow points to a list of activities under this sub-section:

- ▶ 肥胖二三事视频教程
- □ 练一练 1：根据视频制定一份健康的运动计划。
- □ 讨论主题 1：2014 年以来，世界上 18 岁及以...
- □ 拓展学习：体质指数（BMI）

At the bottom of this list is a button labeled "第一讲 你的身体饱了吗？" (Lesson 1: Is Your Body Full?).



(1) 视频

夏泉龙：中共党员，国家一级评茶师、中国茶叶学会会员、上海市茶叶学会会员、上海市徐汇区社区教育【茶道工作室】主持人。曾任上海国际茶文化节第十二届讲师团成员。夏泉龙老师于2008年始从事社区教育，其在长桥街道社区学校所执教的《茶道》课程被评为上海市社区教育特色课程，同时被评为全国社区教育特色课程。茶道课程班亦被评为上海市优秀学习型团队。其个人在多年教学中曾获得的荣誉有：徐汇区2009、2010年度社区教育工作先进个人，2011、2013年度徐汇区长桥街道社区教育优秀教师，徐汇区2010、2012年社区教育奉献奖，2012年徐汇区社区教育首届品牌教师称号，2013年上海市老年教育优秀教师称号等。曾编写《上海市社区教育课程指导性大纲》一书中的《茶道品位与健康》、上海市徐汇区社区教育《茶道》《茶文化》课程等相关教材。于2010年至今，在华东师范大学职业技能培训学院、凯达职业技能培训学校担任茶艺师、茶叶审评师职业技能培训的教学工作。

(2) 阅读

作业

练一练2：简述茶叶的药用保健功能。

练一练2：简述茶叶的药用保健功能。

请输入

提交作业

讨论

讨论主题：白茶有哪些产地？分别出产什么品种的白茶？

讨论主题：白茶有哪些产地？分别出产什么品种的白茶？

啊胖胖 删除 回复
edrfrt

啊胖胖 删除 回复
白茶的功效真的是极好的

我来说两句

(3) 作业

(4) 讨论

中国移动 09:46 76%

结业考试

1、一个长针的高度是几个锁针的高度？

1个

2个

3个

2、环形起针第一针是什么针？

短针

锁针

长针

3、收尾时，一般用什么针法？

引拔针法

短针针法

长针针法

4、视频中的玫瑰花戒指用的是什么线？

(5) 结业考试

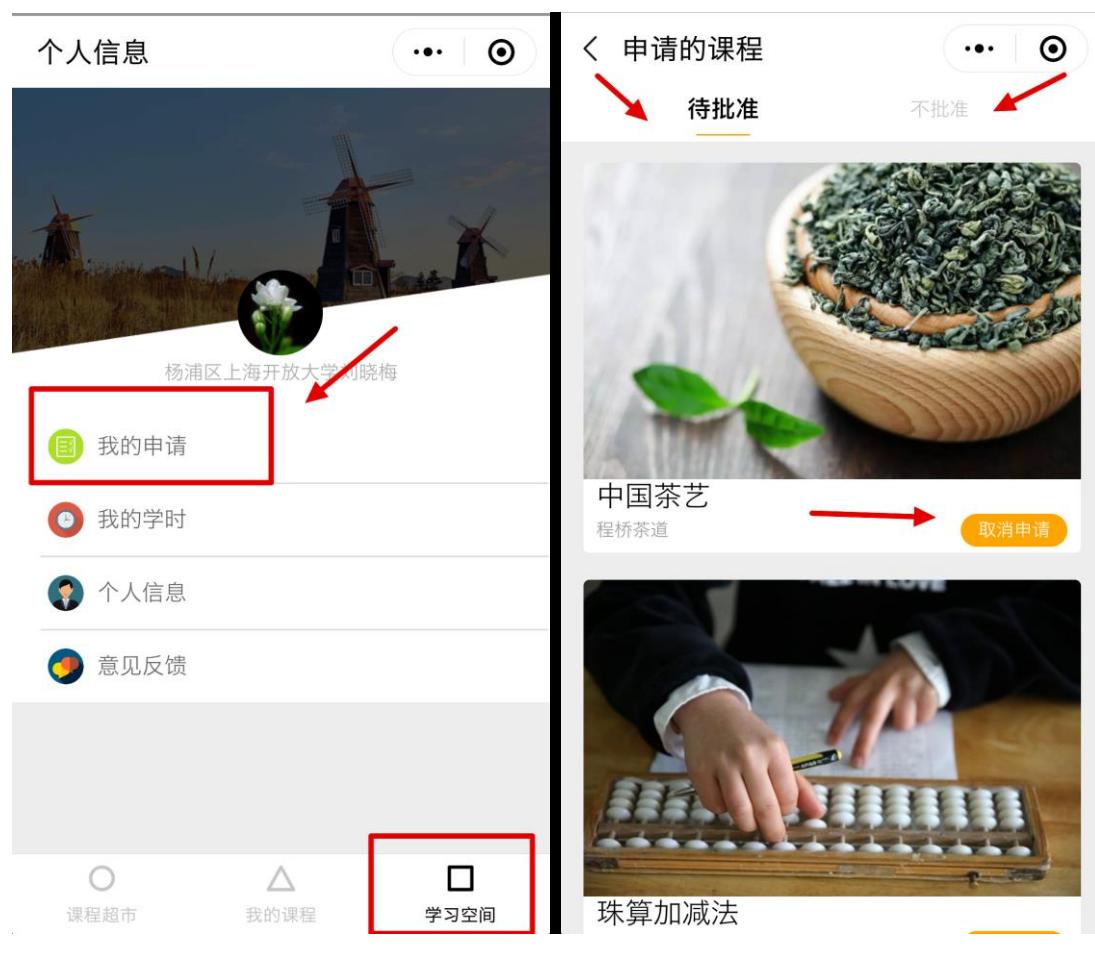
4. 如果学员想退出已报名的班级，可在“我的课程”栏目内，在相应的课程图片下面点击“退出班级”按钮，系统将给出提示“你确定要退出该班级吗？”，点击“确定”则退出该班级，点击“取消”，则保持对该班级的报名。



第四部分：个人中心

在学习空间选项栏目中查询已申请的课程情况、查询学习课时、管理个人信息，也可以提交反馈意见。

1. 进入“我的申请”，查看“待申请”或“不批准”的课程，也可以进行“取消申请”的操作。



2. 查看“我的学时”，了解自己的学习成果

个人信息

杨浦区上海开放大学刘晓梅

我的申请

我的学时

个人信息

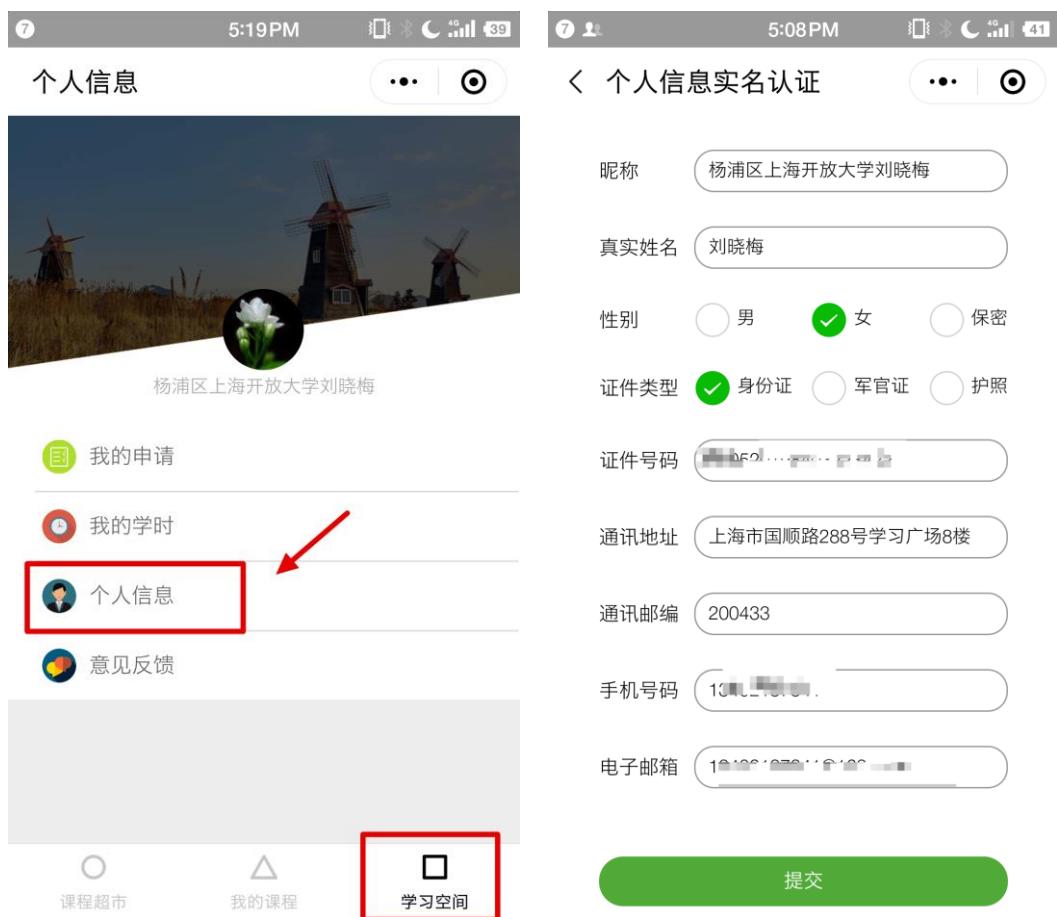
意见反馈

课程超市 我的课程 学习空间

已获学时	在学课程学时
0	37

09:30 80%

3. 查看或更改个人信息。



4. 进行意见反馈



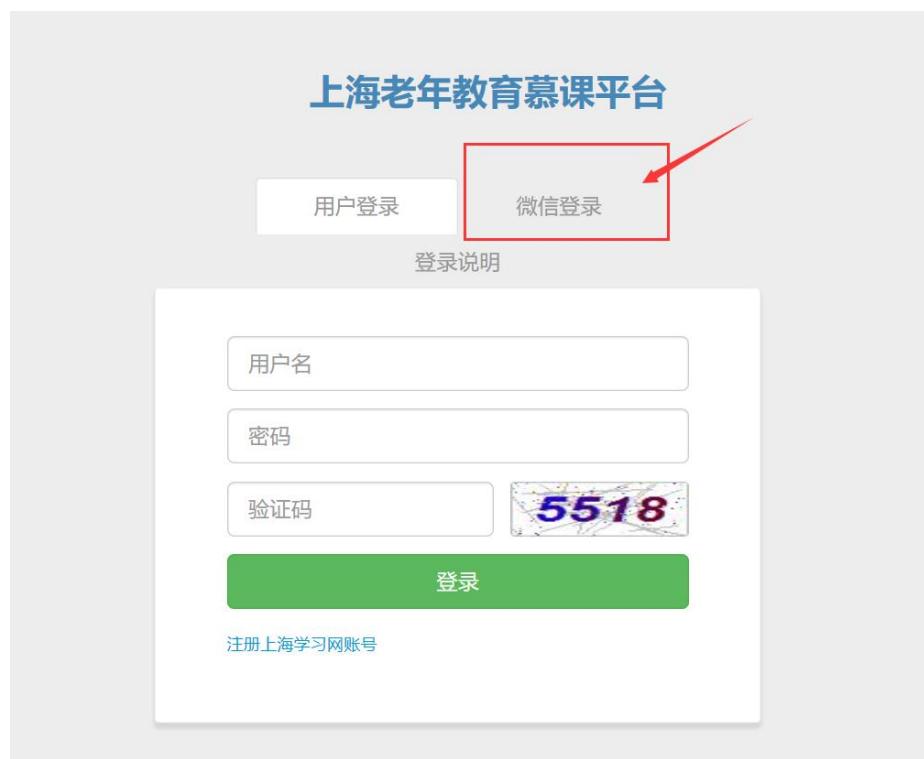
第五部分：绑定微信的用户如何登陆电脑端进行学习？

1、 打开电脑，进入上海老年教育慕课平台

(<http://lnmooc.sh111.net>) 首页后，点击右上角“登录”按钮。



2、进入“登录”页面，选择“微信登录”，页面会出现一个二维码。



3、 打开手机微信，用“扫一扫”功能，扫描登录页面上的二维码，微信账号将登录到电脑端平台，手机端微信会显示登录成功，电脑端的用户名处显示为用户个人微信 ID 或昵称。

