

年轻人“重新养一遍自己”的热门选择 夜校火出圈

现在最火的夜校课程是什么？

3秒,壁球课告罄;1分钟,143门课满员;峰值时94.58万人在线报名——这不是什么顶流演唱会抢票,而是8月3日开启的2025年上海市民艺术夜校秋季班报名。

不只上海,在全国许多地方,内容丰富的夜校正火出圈。此前,长沙湘江新区(岳麓区)文化馆第一期“星光夜校”,课程名额也是“手慢无”。

谁说热闹的夜生活只有夜市、夜宵和夜店?夜校,老一辈人并不陌生的一个词语,如今卷土重来,内容丰富的夜校课程逐渐成为年轻人“重新养一遍自己”的热门方式。

这几天,上海市民的朋友圈被夜校与日校抢课的紧张氛围所充斥。上海市民艺术夜校秋季班招收学员逾46000人,8月3日“开抢”,当天中午12点,702门课程满班。作为夜校的有益延伸,8月4日“开抢”的日校首批设立238门课程,招收学员近6000人。

据统计,1分钟内,夜校有143门课程“售罄”。其中,壁球课3秒内,爵士鼓、古琴、成人射箭入门等课10秒内被一抢而空。日校启动报名1分钟内27门课程告罄。

体育健身类课程领跑夜校抢课榜,其

次则是爵士鼓、古琴、钢琴等音乐类课程。数据显示,在最快报满的前30门课程中,这些课程占绝大多数。抢的是课,更是对自我的期待。市民通过夜校课程追求更健康、更有品质的生活方式。

不少年轻人从最初的“下班学艺”转向更务实的“下班学技”,希望通过学习新技能提升工作效率、开辟副业,甚至转换职业赛道。在上海,陪诊师入门考证积分班、人工智能训练师考证积分班等职场类课程也十分热门。在北京、深圳等地,情形也差不多,新媒体运营、AI应用、整

理收纳、美妆穿搭等实用课程备受欢迎。

此前的2024年12月8日,上海青年夜校年度大展上发布了“我最喜爱的十大夜校课程”名单。这些课程由全市各青年中心·青年夜校点位自主推荐,经专家学者、社会组织负责人、青年中心负责人代表集中评审后选出。评出的课程中,既有AI职场加速器、自媒体剪辑等技能发展课,也有非遗手工、沪语教学、黑胶导赏等文化类课程;既有在保租房社区开设的课程,也有在产业园区、网红书店开设的课程。

多些技能,应对未来的不确定性

我看到更多职业选择的可能性。”一名学员说。

去年底,深圳市龙华区福城街道章阁社区AI夜校的第一课上,工作人员临时多找了40多个凳子——线上报名时只有25人,实际上上课的有60多人。去年12月初,夜校开设了AI课,教学员学习用AI完成写作、画图、智能体开发、电商设计等。同时,夜校根据特定群体的特定需求提供相应课程,如为骑手开设无人机模拟飞行训练课,为全职妈妈开设Deep-Seek智慧妈妈全方位提升课程……福城街道一名工作人员介绍,新就业群体是夜校主要的服务对象群体之一,促进就业与

提升技能是重要目标,免费的普及公益课为渴望学习的青年降低了学习新技术的门槛,拓宽了他们的就业思路。

“面对技术浪潮,外卖员、快递员担忧未来会不会被替代,在无人机还未普及前,他们在夜校学会无人机操作,可以让他们看到骑手变飞手的可能,以后就能比别人转型快一些。”这名工作人员说。

西安“自由时间”夜校课程表中也有技能类目。夜校负责人介绍,这类课程应用场景广、岗位需求大、入门相对快,还能满足年轻人兴趣、社交的多重需求,报名开启“秒光”是常态。学员中,想开拓副业的“斜杠青年”也在增多。

课程进化,从兴趣玩票到滋养身心

夜校为什么能在年轻人里火出圈?在河南省郑州市金水人才服务中心运营人员刘爽看来,与几十年前的传统夜校相比,如今的夜校更像是一个包罗万象的“兴趣宝库”。

刘爽介绍,为了让年轻人实现在家门口上夜校的美好愿望,郑州市金水人才服务中心依托各类资源,规划可覆盖全郑州的14个校址,通过多校同开、多点同步、多课同授的形式,将优质教育资源送到社区“最后一公里”。

“夜校已开设课程16种,今年在原来美妆、中国舞、太极拳、古筝等课程基础上,增加了八段锦、中医、豫剧等多种传统文化学科,以及羽毛球、健身减脂等运动类课程。课程设置紧贴群众需求,职业技能、兴趣培养一站式覆盖。”刘爽说。

就像郑州,许多夜校课程早已超越传统兴趣班,切中现代人“重新养育自己”的多维需求。

壁球、射箭、搏击操、巴西柔术、瑜伽、现代舞等运动课程火爆,让学员动起来,

追求健康;胶东大鼓、吉他弹唱、即兴喜剧、声乐等课程,让学员在艺术表达中找到纯粹的快乐;AI绘画、短视频制作、Deep-Seek的基础运用、无人机操作等课程,直指新职业风口和职场硬需求,帮助提升竞争力或探索副业。

夜校以亲民价格(比如,上海500元/12节课)、灵活时间和丰富内容,成为年轻人对抗焦虑、投资自我、寻找生活掌控感的新途径。

城市赋能,构建青年家门口的“充电站”

日10点开启报名。

6月23日,山东青岛市市北区夏季艺术夜校开课。作为“文明市北幸福夜”文明实践夜模式,夜校一开课即迎来近50名青年学员,胶东大鼓、彩妆造型、成人零基础陶艺等课程展现出传统文化与现代艺术交融的独特魅力。

市北区夏季艺术夜校是青岛构建青年友好型城市,探索文明实践夜模式的生动缩影。放眼全市,这股由公共文化服务点燃的夜校热正呈燎原之势——在市南区,青岛新华书店书城推出的青年夜校系列课程不断上新,咖啡调制、太极拳与剑术等课程为青年们提供多元学习机会;崂山区青年之家·青年夜校以瑜伽、人际礼仪、八段锦等课程打造“青春充电站”……

“青年为了适应社会不断学习、增长技能,反过来才能更好地服务社会。”北京市政协委员、中国社区发展协会副会长汪碧刚表示,夜校要让城市和青年“双向奔赴”,不但要吸引更多青年走进夜校,还要鼓励更多青年

走上讲台,让他们加入到服务社会的队伍中来;不但要成为都市白领的“加油站”,还要面向快递小哥等新就业群体,成为他们的“加油站”,让每一个年轻人在夜校都能够学有所获。

夜校,这个带着历史印记的词汇,正被赋予全新的内涵。它不再仅仅是技能培训,更是现代人“重新养一遍自己”的温暖选择——在忙碌生活之外,找到一方属于自己的时空,学点喜欢的,放松身心,结交同好,为生活注入新的活力和可能。

你,准备好去“抢”一课了吗?

(综合《解放日报》、《中国青年报》、中央广播电视总台中国之声、央视新闻等)

夜校大家说

●江苏省徐州市新沂青年夜校学员孙敬博:白天工作对着电脑,晚上弹吉他特别解压!这里老师专业,还能认识一群兴趣相投的朋友,比在家刷手机有趣多了。

●江苏省苏州市昆山市“家门口的技能夜校”课程相关负责人洪雪:课程都是跟生活息息相关的,也是让学员把碎片化的时间利用起来,掌握一门独特的专业技能。授课老师都来自取得职业技能培训许可的民办职业培训学校,或具有相关专业设置的职业院校。

●河南郑州市金水人才服务中心夜校学员蔡雅丽:离家也比较近,价格也挺合适的,所以正好来学习一下彩妆技巧。白天上班时也很忙,正好晚上这个空闲时间来夜校,比在家刷剧更充实一些。

●在河南郑州文化馆夜校学习掐丝珐琅彩工艺画的学员王女士:我收获了很多。第一,我收获了一个静心的状态;第二,我也把自己快节奏的生活作了调整;第三,这也让我收获了一些朋友,这是让我非常开心的一件事情。通过这样的活动,我认为从时间安排、经济效益、从文化传承和学习等方面,都有很重要的意义。

●北京市政协委员、中国社区发展协会副会长汪碧刚:我们要改变服务青年的方式。城市要拿出更多公共资源,满足青年的发展需求。例如,街道的党群服务中心可以在晚上充分利用起来,为夜校提供场地。另外,夜校健康可持续发展,还需要更多专业的社会组织、服务机构等社会力量共同参与进来。

小贴士

假如想为自己或家人报名夜校,该怎么做?

如果你自己或者想替家人报名夜校,可以先通过多种渠道了解夜校信息。现在很多城市的文化馆、共青团、工会、妇联等公共机构都有举办夜校,可以关注它们的官方网站、微信公众号,上面会发布夜校课程介绍、报名时间、报名方式等信息。一些高校继续教育学院、职业院校也有面向社会的夜校课程,同样可以通过学校官网查询。

确定好感兴趣的课程后,要留意报名时间。因为夜校课程很热门,常常“一课难求”,所以在报名通道开启时要尽快行动。有些夜校采用线上报名方式,在规定时间内进入指定报名平台,填写个人信息、选择课程即可。部分夜校可能需要线下报名,那就需要前往指定地点,按照要求提交报名材料。

在报名前,还可以查看课程评价、咨询上过课的人,了解课程质量和授课老师情况,确保所选课程能真正满足自己或家人的需求,让这段夜校学习时光充实又有意义。