

2025 年金光点亮梦想-金盲杖项目总结报告

上海有人公益基金会

2025 年 9 月 15 日

一、前言

自 2018 年上海有人公益基金会联合北京市丰台区声波残障社会服务中心金盲杖团队推出首届视障大学生预科班以来，这一全国首个针对视障学生的大学预科教育项目已连续举办八届，累计为 154 名视障学生提供支持帮助他们提升应对大学生活的综合能力，在融合教育环境中更好地成长。多年来，项目凭借持续的迭代优化，在视障学生群体、各地盲校及相关领域建立了良好口碑，成为视障青年从高中迈向大学的重要助力。

2025 年 7 月 25 日至 8 月 2 日，第八届金盲杖视障大学生预科班如期举办。本届预科班由中国盲人协会指导，上海有人公益基金会、华东师范大学教育学部主办，华东师范大学特殊教育学系协办，黄奕聪慈善基金会资助，声波残障社会服务中心金盲杖团队提供技术支持。作为专注于视障学生转衔支持的项目，本届预科班延续了前七届在意识、技能、通识、拓展四个维度的课程核心，同时借鉴往届经验，进一步强化真实场景训练与社群联结，旨在帮助视障学生不仅掌握入学必备的实用技能，更能建立自主生活的信心，为顺利适应大学生活奠定坚实基础。

项目的成长与传承，始终闪耀着温暖的印记。2020 年，黄奕聪慈善基金会首次助力预科班在上海落地，彼时作为受助学员的邬舜仙，在项目支持下顺利衔接大学生活、深耕各项技能。而今，他从昔日的受益人成长为第八届预科班课程的授课老师，将自己积累的知识与经验倾囊相授，为学弟学妹们点亮技能提升的道路。这份从“受助”到“助人”的接力，正是项目社群传承价值的生动缩影，更是黄奕聪慈善基金会多年支持所孕育的温暖果实。

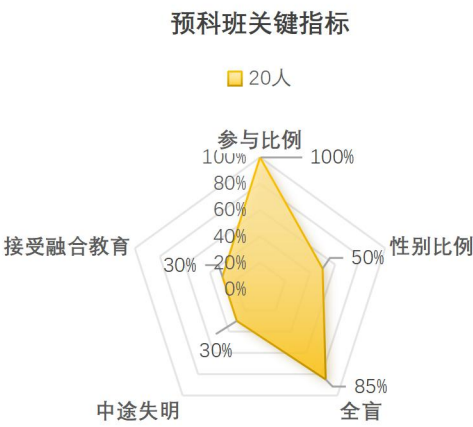
真挚感谢黄奕聪慈善基金会对上海有人公益基金会的信任，对金盲杖团队价值的肯定，黄奕聪慈善基金会已连续六年为项目提供支持，从 2020 年首次助力预科班在上海落地，到 2024 年支持视障青年发展主题座谈会的召开，再到本届对课程深化与场景拓展的持续投入，这份始终不渝的信任不仅为项目的稳定推进提供了核心保障，更见证了金盲杖团队从课程设计到社群构建的成长与成熟，让视障学子的成长之路获得了源源不断的动力。

二、项目执行情况

（一）招生

本届预科班金盲杖团队共收到来自 21 个省、市、自治区的 54 位学生的报名信息。结合学员们是否参加普通高考、是否为融合教育就读、是否为全盲或中途失明、各地学校录取均衡、小作文需求明确的前提下，还增加了五分钟的自我介绍音频作为参考条件之一，以便更清晰地了解每位学员情况。最终录取了 15 个省、市、自治区，19 所学校的 20 位视障者成为本届预科班的学员。

我们汇总了 20 位预科班学员的基本情况，学员最大年龄为 31 岁，最小年龄 18 岁，年龄中位数为 20 岁，男女比例一比一。同时，全盲学生占比 85%，中途失明学员占比 30%，随着金盲杖项目的影响力不断扩大，越来越多中途失明的学生开始知晓并关注这一项目。与此同时，在持续为视障群体提供服务的过程中，我们对中途失明学生所面临的独特处境也有了更深入地了解，因此也更加注重对他们的需求给予针对性的关注与回应。



今年共有 6 位成功考取理想学校的视障者报名了预科班，占预科班招募总人数的 30%，他们被黑龙江东方学院、北京石油化工学院、西北民族大学、吉林科技职业技术学院、天津天狮学院、南京中医药大学录取。学员们所录取的院校与专业呈现出多元化特点。不过，融合教育环境中存在的各类挑战对于鲜少踏足于融合环境中的学员们来说，预科班提供的更具针对性的支持能够满足他们的迫切需求。

以下，是本届预科班的学员信息：

姓名	性别	年龄	视力状况	电脑操作水平	盲杖的使用
华**	女	18	全盲，使用盲文教材学习	电脑零基础	知道如何使用盲杖的理论知识，但没有实践经验

王**	男	21	低视力，使用普通纸质教材学习（备注：使用助视器，左眼0.01，右眼指数10cm）	会网购、使用社交软件	有一定的独立出行经验，但仅限固定且熟悉的区域
王**	女	18	全盲，使用盲文教材学习	电脑零基础	知道如何使用盲杖的理论知识，但没有实践经验
张**	男	20	低视力，使用盲文教材学习（备注：管状视野）	会使用一些大型第三方软件如audition或abbyy等	有一定的独立出行经验，但仅限固定且熟悉的区域
宋*	男	22	全盲，使用盲文教材学习	会网购、使用社交软件	知道如何使用盲杖的理论知识，但没有实践经验
李**	女	31	全盲，使用盲文教材学习	只会写写文档，上网看看新闻	知道如何使用盲杖的理论知识，但没有实践经验
刘**	女	21	全盲，使用盲文教材学习	只会写写文档，上网看看新闻	有一定的独立出行经验，但仅限固定且熟悉的区域
张**	女	19	全盲，使用盲文教材学习	只会写写文档，上网看看新闻	有一定的独立出行经验，但仅限固定且熟悉的区域
马**	女	18	全盲，使用盲文教材学习	只会写写文档，上网看看新闻	有一定的独立出行经验，但仅限固定且熟悉的区域
姜**	女	24	全盲，使用盲文教材学习	只会写写文档，上网看看新闻	有一定的独立出行经验，但仅限固定且熟悉的区域
姜**	女	20	全盲，使用盲文教材学习	只会写写文档，上网看看新闻	知道如何使用盲杖的理论知识，但没有实践经验
武**	男	20	全盲，使用盲文教材学习	只会写写文档，上网看看新闻	知道如何使用盲杖的理论知识，但没有实践经验
张**	男	20	全盲，使用盲文教材学习	会网购、使用社交软件	有较好的独立出行经验
郭**	男	19	全盲，使用盲文教材学习	会网购、使用社交软件	有一定的独立出行经验，但仅限固定且熟悉的区域
海**	男	28	全盲，使用盲文教材学习	会网购、使用社交软件	有一定的独立出行经验，但仅限固定且熟悉的区域
张**	男	25	低视力，使用盲文教材学习（备注：青少	电脑零基础	有较好的独立出行经验

			年黄斑变性)		
范**	女	22	全盲，使用盲文教材学习	电脑零基础	知道如何使用盲杖的理论知识，但没有实践经验
陈*	女	20	全盲，使用盲文教材学习	只会写写文档，上网看看新闻	不会也不知道如何使用盲杖
曹**	男	19	全盲，使用盲文教材学习	电脑零基础	不会也不知道如何使用盲杖
刘*	男	21	全盲，使用盲文教材学习	会使用一些大型第三方软件如audition或abbyy等	有一定的独立出行经验，但仅限固定且熟悉的区域

本届预科班学员中 75% 的同学均掌握一定程度的计算机使用技能，但有近半数学员独立出行的经验较少。针对学员们掌握程度的不同，金盲杖团队不断调整课程内容与教学方法，以便在保证教学质量的基础上更好地兼顾不同学员的实际需求。

（二）课程设计

2.1. 课程综述

声波残障社会服务中心金盲杖团队受上海有人公益基金会委托为本届预科班进行了课程设计。从意识、技能、通识、拓展等维度上开设了 9 门课程，共计 110 课时。在课程筹备阶段，充分倾听了学员心声，敏锐捕捉到学员们对于提升技能的强烈渴望。基于此，在课程设计上相对加大了独立出行和盲用电脑课程的课时比重，以满足学员们的切实需求。在意识类课程中，为了帮助学员更深入地理解知识，团队巧妙地融入了大量讨论环节。这些讨论环节不仅是知识输入的过程，更是学员们输出个人观点与想法的契机，从而实现从被动接受知识到主动探索思考的转变，进一步深化对知识的掌握程度。

2.2. 社团活动

在社团选择环节，我们高度重视学员们的想法与需求，精心筹备并开设了非视觉乐高社、化妆社、实景汉服社和声创工坊这四个特色社团。非视觉乐高社为学员们打造了沉浸式的乐高积木搭建体验，让他们在触摸与拼搭中锻炼空间思维和创造力；化妆社则给予学员自由施展的舞台，尽情为自己描绘心仪的妆容，绽放独特的美丽；实景汉服社引领学员领略我国传统服饰的深厚魅力，感受传统文化的底蕴；声创工坊致力于挖掘学员声音的无限可塑性，为他们开启声音创作的奇妙之旅。每

一个社团活动都精准契合学员们的兴趣爱好，为他们提供了展现自我、发展特长的广阔天地。

2.3 特色课程——游乐园探访

在金盲杖工作人员和影子志愿者的全程陪伴下，学员们迎来了他们期待已久的上海迪士尼乐园之旅。在乐园中，大家亲身感受了园区内的无障碍设施和各项游乐项目的友好体验。学员们运用在预科班学到的独立出行技能，自如地在园区内穿梭，不仅体验了多个游乐项目、观看了精彩演出，还独立前往餐厅用餐、与工作人员进行交流，全面而深入地感受了迪士尼在无障碍服务方面的细致与贴心。

此次迪士尼之行，对学员们而言，不只是紧张学习间隙的一次惬意放松、对所学技能的一次生动实践与检验，它更是一场深刻的身份体验之旅，学员们既以残障者的身份享受着无障碍环境带来的便利与尊重，又从园区服务者的角度，洞察到每一项无障碍设施背后的用心与关怀。这让他们对环境无障碍与人文无障碍有了更为深切地思考和体悟。

三、训练营剪影

以下，是训练营期间的部分活动照片：



图片：破冰游戏



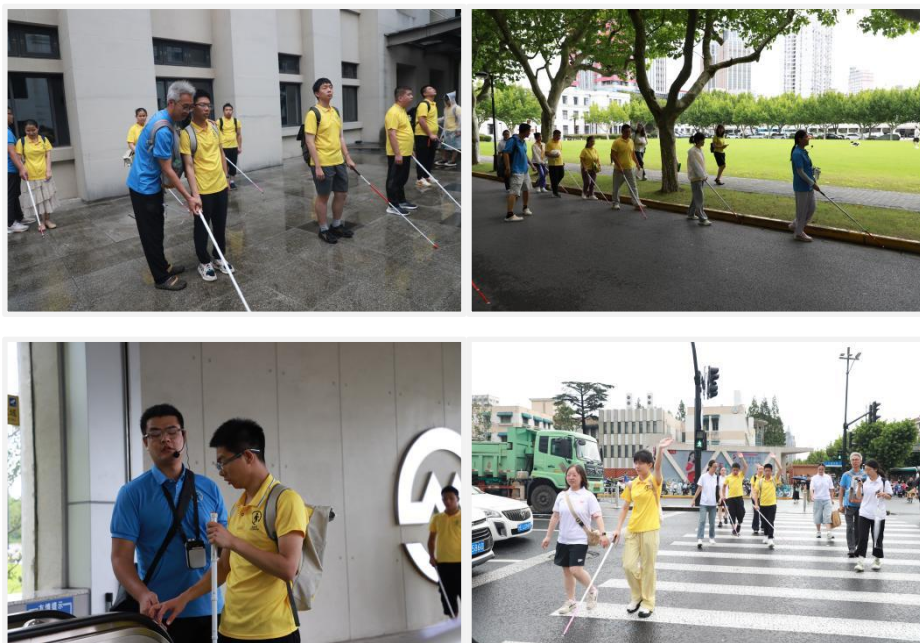
图片：开营仪式营员宣誓、合影



图片：学姐面对面、自主生活工作坊、礼仪课



图片：社团活动



图片：独立出行课程



图片：盲用电脑课程



图片：迪士尼游玩



图片：红毯仪式、闭营合影

四、华东师大的帮助

（一）活动支持

华东师大连续两年与金盲杖项目合作，彰显了学校特殊教育学系的专业实力。此次活动，华东师大持续整合最优资源，把预科班打造成为“教育公平”的鲜活示范，同时给与了此次活动的场地支持、课程支持，把融合的种子播撒至校园每一处，共创更加包容的无障碍环境。

（二）志愿者支持

华东师范大学曙光志愿者服务队，在 9 天时间内为 20 位即将步入大学的视障新生开展了一系列“热身”第一课。从真正独立出行训练、礼仪课程、盲用电脑培训、自主生活工作坊，到“青春不迷茫”成长分享会和社团体验等，为视障准大学生赋

能，增强他们的生活信心。在活动现场，志愿者遵循“默默守护，从不干扰主动探索，时刻关注需求，及时提供贴心服务”的原则做好无声的守护。在志愿者引导下，学员们敞开心扉，将个人经历和想象力融入活动，并共同策划了名为《视说心语》的播客，表达“眼睛看不到的东西，让我们用心去感受，用口来表达”的理念。在为视障准大学生的大学生活奠定基础的同时，支持特殊群体的实践也成为华东师范大学曙光志愿者服务队成员自身的成长加油站。

五、总结与反思

（一）技能提升

本次预科班围绕独立出行与计算机基础这两项关键需求，精心设计了技能培训课程。通过系统学习，学员们不仅夯实了相关基础能力，更为实现自主生活迈出了坚实一步。金盲杖团队深知，技能掌握并非终点，后续的持续支持同样重要。因此，团队在预科班结束后，密切关注学员的成长，通过针对性指导，帮助他们巩固所学、不断提升，并积极鼓励他们在日常生活中灵活运用这些技能。这一过程不仅强化了他们的实践能力，更逐步培养起对自主生活的坚定信心。

（二）课程设计

本届预科班的课程设计在注重实用性的同时，也融入了丰富的趣味元素，在充分尊重学员不同需求的基础上，呈现出多样化的学习内容，深受同学们的喜爱，其中，社团与迪士尼融合游览活动尤为受到欢迎。金盲杖团队认识到视障学生在学习技能之余，同样需要参与多元的社会活动，拓宽视野。在未来的课程设计中我们需要进一步营造沉浸式的训练环境，丰富课程内容，探索更有效的教学方案，让视障学生全身心地投入进来，切身参与体验，推动无障碍环境的改善，促进视障大学生与社会环境的融合。

（三）经验分享

往届学长学姐回归分享经验成为本次预科班的一大亮点，通过“过来人”的真实经历和实用建议，为新一届学员提供了贴合实际的生活、学习指引，有效拉近了学员与大学生活的距离，我们充分认识到视角不同带给学员们感受也有所不同。在日后，我们不仅会充分与社群内部学生沟通，搭建经验分享交流平台与线下交流会，我们还会吸收更多大学生志愿者的宝贵经验供大家参考。视障社群内部经验传承的价值尤为宝贵。但来自于社群外部的经验也不可忽略。