

老年声乐课堂:有爱有情怀 岁月入歌来



乐的世界。

51岁的辛蕾毕业于俄罗斯莫斯科音乐学院声乐表演专业,拥有十多年丰富的声乐教学经验。她在教学中总是善于调动学员的积极性,耐心细致去感受每一位学员的需求和变化。唱歌之前,她会带领学员们一起朗诵歌词,体会歌曲的意境。

“我们这个班从一开始20多人,到现在已经是50多人的大班了,老年学员出勤率都很高,在课堂上互动性也很好。”辛蕾告诉记者,这学期他们学习了《相逢是首歌》《一个妈妈的女儿》《故乡的目光》《思恋》等多首经典歌曲,其中《一个妈妈的女儿》是老年学员们特别喜欢的一首歌曲。“这首歌不仅歌词朴实感人,旋律也优美动听,非常适合老年人合唱。”在辛蕾

的指导下,老年学员们逐渐掌握了歌曲的节奏和旋律。他们的声音更加深沉有力,用歌声表达着对母爱的赞美,对生活的

热爱,对友情的珍视。

助老年学员圆音乐梦

辛蕾指出,老年人学习声乐最大的困难是气息不足,这使得他们在演唱过程中容易出现气短、声音颤抖等问题,影响了整体的演唱效果。通过她的指导,老年学员们不断练习呼吸技巧,努力调整气息,逐渐克服了这一难题。他们用自己的方式诠释着歌曲的内涵,用歌声传递着对生活的热爱和对未来的憧憬。

64岁的陈素香,初学声乐时,连基本的发声都不会,到现在能够唱整首歌,进步非常大。“我特别喜欢跟着辛蕾老师上课,我现在能够唱出完整的歌曲,整个人都变得有自信了。”陈素香用行动证明了只要有决心和毅力,无论年龄大小,都能够突破自我,实现音乐梦想。

67岁的潘永杰同样也是零基础加入了声乐班。学习了两年时间,不论在气息还是在咬字方面,都取得了显著进步。“辛蕾老师特别有亲和力,专业能力也强,我准备一直跟着她学下去。”潘永杰对学习声乐,兴趣十足。

记者 安娜

调动学员的积极性

辛蕾老师坐在钢琴前,她的手指在琴键上轻轻跳跃,流淌出悠扬动听的旋律。她的脸庞洋溢着和煦的笑容,眼神中透露出对学员们的关爱与鼓励。每一次按键,都仿佛在与学员们的心灵深处产生共鸣,引领他们走进音



扫码观看更多精彩

邂逅古诗词里的树

翟凌枫

在古诗词中,树是一种常见的意象。擅长托物言志的历代文人墨客,常常借助树的意象表达某种观点看法或情感志向。访遍诗山词海,古诗词中最具特色和代表性的树木当属柳树、松树和梧桐。

柳树是历代古诗词中最为常见的树木之一。因“柳”与“留”谐音,故古人离别时,常有折柳相赠的风俗。唐代王维在《送元二使安西》中写道:“渭城朝雨浥轻尘,客舍青青柳色新。劝君更尽一杯酒,西出阳关无故人。”诗人娓娓道来,情味俱深,意境两尽,堪称是送别诗中的精品之作。柳树在此为“别离之景”。

唐代白居易亦写柳,其《种柳三咏》写道:“白头种松桂,早晚见成林。不及栽杨柳,明年便有阴。”诗人通过亲身实践,得出了种植杨柳以及其他树木的经验和感受。柳树在这里充当为人提供阴凉的“有用之材”。清代高鼎的名作《村居》,“草长莺飞二月天,拂堤杨柳醉春烟。儿童散学归来早,忙趁东风放纸鸢。”展现了春日乡村独有的迷人景色。柳树在这里俨然成了迷人春色的参与者、欣赏者和享受者。

作为岁寒三友之一,松树不惧严寒,四季常青。因此,历代文人墨客都十分倾慕松树的品格。东汉刘桢的《赠从弟》写道:“亭亭山上松,瑟瑟谷中风。风声一何盛,松枝一何劲。冰霜正惨凄,终岁常端正。岂不罹凝寒?松柏有本性。”作者以松柏为喻,勉励其堂弟坚贞自守、不忘本心。读来,倍感感情深谊长。

西晋左思别有才情,他在《咏史》中借松喻人:“郁郁涧底松,离离山上苗。以彼径寸茎,荫此百尺条。世胄蹑高位,英俊沉下僚。地势使之然,由来非一朝。”诗人以“涧底松”比喻出身寒门的有志之士,又以“山上苗”比喻出身世家的纨绔子弟,形象生动。此诗中,松树为“高尚之士”。

梧桐树干挺直,光滑碧绿,有凤凰木、梧桐、桐麻、碧梧、青玉、庭梧等雅称。在古代传说中,梧是雄树,桐是雌树,二者同生同死,故梧桐有“爱情树”的美誉。

汉乐府诗《孔雀东南飞》写道:“两家求合葬,合葬华山傍。东西植松柏,左右种梧桐。枝枝相覆盖,叶叶相交通。”这里以松柏和梧桐枝叶相交覆盖,象征焦仲卿和刘兰芝的爱情坚贞不渝。梧桐在这里是“忠贞之木”。

诗仙李白也曾写过梧桐,其《秋登宣城谢朓北楼》中有“人烟寒橘柚,秋色老梧桐”一句,寥寥十字,便呈现出一幅苍凉凄美的深秋画卷。该诗中,梧桐为凄凉秋景。

莺飞草长,春光正好。让我们约起二三好友,同至春堤湖畔,与古诗词里的树来一场美妙的邂逅,岂不快哉!

年龄互补 学习互助
母女一起来上太极拳课

56岁的景晓红和32岁的雷婧菀是一对母女,妈妈景晓红在武汉市汉阳区老年大学学习太极拳已经有3年时间。看着妈妈每天在家练,女儿雷婧菀也有了兴趣:“我看着她身体强健了许多,这说明太极拳对身体健康还是很有用的。我虽然是‘90后’,但现在跑两步都喘得不行。听说老年大学周末开了班,我妈马上帮我报了名,现在每周六就跟着老妈一起来学太极拳。”

周末开班的消息传开后,越来越多周末才有空的老年人和年轻人都赶来学校报名,1997年出生的杨林说:“我想利用周末时间锻炼一下身体,改善体态,

丰富一下自己的业余生活。”她报名了汉阳区老年大学周末的瑜伽健身班。“弹钢琴是我从小的梦想,以前没有机会学习,现在能以这么实惠的价格学习钢琴,真的是太开心了。”1985年出生的刘女士同时报名了电钢琴和中医养生班。每到周末,来老年大学的年轻人越来越多,“80后”“90后”年轻学员为学校的教育学习班注入了新鲜血液和年轻活力。

“在老年教育资源充足、名额有余的情况下,允许年轻人报班学习,有利于充分利用教育资源。”该老年大学校长陈小安表示,年轻人与老年人一起学习,有利于学习互助。杨帆

人花合影怎么拍

春暖花开,又是踏青、赏花、拍照的好季节。当花开了,你兴高采烈地去赏花拍照,结果到了地方才发现,现实是,人比花多,树比人矮。所以,如何避免拍到路人,保证画面的纯净就很考验摄影者的构图能力了。这里教大家一个简单易用的小技巧来规避乌泱泱的游客:花高仰拍,花矮俯拍。

当背景的花朵属于高大型的花丛,例如梨花、桃花、樱花等等,我们可以采取仰拍的方式拍摄,让人物与树冠以上的部分相搭配,既能营造鲜花盛放的氛围,又不会拍摄到游客,总不会有人没事跑树顶上吧?

而当背景的花朵属于低矮类型的灌木丛,比如油菜花、或者是草原上大片的鲜花,我们可以采用俯拍的方式拍摄,这样既容纳了更多的花朵,也很好地规避了远处的游客。更大胆一点,

可以让模特躺在花丛中俯拍也是一个不错的选择。

另外,拍摄花景人像最为重要之处在于需要花和人产生关联,而高度就决定了不同花的拍法以及人和花的互动方式。“花高仰拍,花矮俯拍”的拍摄方法也能让人物与花景产生更好的互动。

拍摄花景人像时,树干和树冠的形状很好得形成了框架,那为什么试试框架构图呢?让模特倚靠在树干上,或是伫立在树冠下,或是藏在树后,都是极不错的构图方式。人少的时候,走在路上,也可以让两侧的花做框架构图,静谧感溢出画面。

前景构图是花景人像中最常用的构图方式,枝繁叶茂的花枝是最好的前景元素。在拍摄时,寻找人物前的花朵,将其移到镜头前,给画面增添更多的层次和空间感。李彤

诚信经营长达20年 消费者青睐的海参品牌 都是冬季海参

一品康海参厂家降价直销

大连刺参特价	长岛刺参特价	长岛刺参	大连刺参	大连野生刺参
1180元/斤	1380元/斤	1880元/斤	1980元/斤	2580元/斤
2800元3斤	3300元3斤	4000元3斤	5000元3斤	6000元3斤

即食刺参1000元6斤 大连即食刺参1000元5斤 肉刺参1500元2斤 买海参送虾皮



免费水发海参 本市免费送货 全国发货

预定电话: 15166666441赵经理 送货电话: 13335020177任经理

地址: 青岛市北区台东六路28号(威海路工行后) 公交: 威海路站下车 地铁: 台东站F口出