



教学相长显风姿

“注意节奏，提臀收胯，背部挺起来，目视前方……”在青岛市老年活动中心形体教室里，记者见到了正在认真指导学员走步的白宗芳老师。据了解，白宗芳早年间因一次无意的机会步入模特行业，被挑选到模特队。就是这次机会，不但让她爱上模特行业，还成为了青岛市兴隆路街道模特队队长。除了在校任教外，定期集中训练，更新服装、队形、动作，还有带着学员演出，已经成为白宗芳日常生活的重要部分。

在T台行走近20年的白宗芳，教出来的队伍，不仅荣获市北区群众文化艺术节（旗袍类）比赛一等奖、达人秀专场演出金奖等多个奖项，还带领着青岛热爱走秀的中老年人，登上岛城大大

白宗芳：秀出花样“夕阳红”

在《茶香夜雨》柔美的音乐声中，75岁的白宗芳着猫步，身姿端庄。平日里，白宗芳在青岛市老年活动中心担任形体模特研修3班的老师，帮助更多学员通过模特训练表演丰富业余生活，任教近20年来，她带领越来越多的中老年模特在舞台上走出了花样多彩的“夕阳红”。

小小的舞台，并积极参加青岛市区级部门组织的各项公益演出。她表示，形体模特研修班要求学员们除了有一定的模特基础程度，对专业要求也更高，近期正在编排节目《颂红旗》，根据每个人的角色分配及悟性进行针对性指导。在她的带动下，学员们在一次次模特练习与走秀表演中修炼自己已蔚然成风。

“谁说中老年模特走出来的都是老年‘范儿’，专业上她们的模特技巧一样也不能少，紧跟时尚专业步伐，一点也不老。”白宗芳提到，不论是课堂授业还是节目编排，始终用最负责的态度，创新方式方法，力求做

到教学符合老年人身心特点，认真完成每一次教学任务。她还利用学校放假时间，查阅大量影视多媒体资料进行自我充电，并自学研究最新的模特教学方法和制定教学计划，为新学期编排出更新颖、更精彩的教学课程及演出作品。

生活处处是舞台

“现在表演中模特穿出的不只是服装风采，而且更是文化和自身艺术素养的体现，这是白老师总对我们说的一句话。”今年63岁的班长崔爱明表示，之前就感受过白老师在舞台上的风采，所以从学校公众号上看到研修

班招生，就毫不犹豫来报了名。“原来没有现在这么自信，退休后跟着白老师走模特这些年到如今我都注意保持身材，而且多活动活动人也有精神”。无独有偶，63岁的侯培珍作为班里的“资深学员”，从2005年就跟着白宗芳学习模特，她表示，白老师坚持宽严相济、因材施教、因需而练的教学理念，强调最适合的教学才会有最好的结果，采用言传身教、声情并茂的授课方式，深受广大喜爱。

“我经常告诉大家，出门就背着包抬头挺胸，任何地方都可以是自己的舞台，拿出气质走起来。”很多学员在白宗芳的带动下，逐渐找到自信，白宗芳认为都与坚持走模特密切相关。每次上课白宗芳总是提前到达教室等候大家，在她的带领下，大部分学员也从不迟到，做到不浪费上课时间的一分一秒。

白宗芳表示，最让她高兴的就是在课堂上看到这些学员们可以这么美，这么自信。尽管课堂上的她严肃且



扫码
观看精彩
视频



逐梦崂山 翰墨飘香

2023年崂山区老干部暨老年人书画展举行

日前，由中共崂山区委老干部局、崂山区文化和旅游局联合举办的“践行新思想，奋进新征程——2023年崂山区老干部暨老年人书画展”，在崂山区美术馆拉开帷幕。

这次活动展出了160多幅书画作品，内容丰富，形式多样，具有鲜明的时代气息和浓郁的地方特色，展现了当下崂山老年书画爱好者的艺术高度和创新力度。 本报记者

不苟言笑，课下用心去和每一个学员沟通，和学员成为知心朋友，经常相约外出郊游。白宗芳感慨道，在对模特学习的热情和付出上，银发学员们一点不比年轻爱好者们少。“最大的收获就是认识了一群志同道合的好姐妹，在我的帮助下，她们通过练习，变得越来越健康美丽，也希望更多的人能感悟到模特行业的美好。”她梦想能带着一同训练的姐妹们，一起登上更大、更专业的舞台，展现岛城银龄族的优雅、精致、时尚和自信。记者 付瑶

讲文明树新风 公益广告

培育文明风尚
凝聚精神力量



中共青岛市委宣传部

美德健康生活方式 公益广告

孝老爱亲

以孝为先 敦亲睦邻 家和事兴



中共青岛市委宣传部