

非洲鼓的魅力: 节奏多变 快乐协作



近日,在青岛市老年活动中心的一间教室里,传出一阵阵铿锵有力的节奏声。走近一看,一群老年朋友正随着音乐的节拍,尽情地敲击着,脸上洋溢着幸福的笑容。这独特的风景,正是非洲鼓魅力在老年人群中绽放的见证。

非洲鼓历史悠久 节奏多样

非洲鼓,作为世界上最古老的打击乐器之一,起源于十三世纪曼丁人建立的利王朝,以其个性的外观、多样的声音节奏,以及易于上手的特性,吸引了无数乐器爱好者的目光。在青岛市老年活动中心,这群热爱生活的老年人,也加入了非洲鼓的学习行列。

这是青岛市老年活动中心开设的非洲鼓体验课。不同的鼓型、不同的敲击方式、不同的演奏技巧,都能产生截然不同的音效。从低沉的咚咚声到高昂的咚咚声,从四分音符转变为八分、十六分音符,非洲鼓的多变节奏让来体验的学员们不断探索、沉浸其中。

教师王维洁介绍说,最初非洲鼓是在狩猎、祭祀时用以发号施令的。如今,它不仅与流行乐结合,还融合我们自己的民族文化,对固定的鼓点进行创新,整体风格轻快欢乐,逐渐成为非常受欢迎的打击乐器。

从兴趣者到专业教师

今年51岁的王维洁,原是一位非洲鼓爱好者。从她五年前一次偶然接触到非洲鼓开始,她就迷上了它,开始跟随广东、西安等著名教师学习。几年间不断练习、钻研,让她已经取得培训师证书,成为一名非洲鼓专业教师。

从参与艺术团鼓剧表演到开始教授学生,王维洁不仅传授非洲鼓专业知识,更传递着一种精神。这几年,在她的引领下,更多的人开始学习非洲鼓,感受其中的乐趣。

“我没想到在今天的课堂上,大家这么积极。咱们第一节试听课,各位学员还没有购置乐器,光跟着我一起敲桌子都敲出正式演出的感觉了,动作非常整齐,所以我一直说,非洲鼓没有大家想象中那么难,上手很容易,而且咱们课堂氛围很融洽,我也可以尽我所能教授更多的学员。”王维洁说道。

老年人学习非洲鼓益处多

现如今,越来越多的老年人加入学习非洲鼓的行列中来,他们希望通过学习非洲鼓来丰富自己的晚年生活,感受不同文化的魅力。

62岁的钟先生表示,他之前在音乐广场偶然看到几位鼓手正在演奏非洲鼓,那种独特的音色和强烈的节奏感让他瞬间被深深吸引。这个充满异域风情的乐器,对他而言既新鲜又充满魅力。后来想学习却没有找到适合老年人学习非洲鼓的地方,这让他感到有些遗憾。现在得知青岛市老年活动中心新开设了非洲鼓课程,立刻约上好友前来试听。经过一节课的了解与学习,他已经决定报名这门课程。

59岁的毛女士表示,她一直很喜欢非洲鼓,学习非洲鼓,可以让自己身心放松,并且感受到愉悦。“我发现非洲鼓需要手脑协作,是个能健脑的乐器,而且手上穴位很多,拍拍打打也有好处。”毛女士说道。“报名这门课程我感觉很解压、很欢乐,还能结识志同道合的鼓友,培养协作能力,退休生活不愁无趣了!”64岁的尚女士说道。

非洲鼓,每一次敲击都仿佛是与非洲大地的对话,让大家感受到了来自遥远大陆的原始力量和生命力。王维洁表示,学习这门课程不仅可以丰富大家的晚年生活,更可以让各位学员感受到音乐的力量和人与人之间的温暖。非洲鼓的学习之旅充满了惊喜和收获,期待在未来的日子里与大家继续共同探索这个神秘的乐器世界。 记者 姜文棋



请扫码观看更多精彩内容

“00后”教师王琦:用音字符串起岁月华章

在青岛市市南区老年大学的宁静校园中,一段段优美的钢琴旋律在空中回荡。这里是钢琴初级四班的教室,年轻而富有活力的王琦,用自己专业的知识和满腔的热情,指导着一群老年学员们探索钢琴的奥秘。课堂上,她不仅是一位严谨的教师,更是一位贴心的朋友。她不时地走到学员们中间,耐心细致地纠正每个人的指法,用她细致入微的观察和深入浅出的讲解,让复杂的音乐知识变得简单易懂。

00后老师进入老年大学教学

王琦今年24岁,毕业于沈阳音乐学院钢琴系钢琴表演专业,凭借对音乐的热爱和扎实的专业基础,她在2024年春季学期开始担任市南区老年大学的钢琴教师。对于这个决定,王琦表示:“我一直相信音乐是跨越年龄的桥梁,我希望能够将我的所学传授给更多的人,让叔叔阿姨们感受到音乐的魅力。”

在王琦的指导下,老年学员们的进步是显著的。从最初的手忙脚乱、不知所措,到现在能够流畅地弹奏简单的曲子,他们不仅在技艺上有所提升,更在精神上获得了极大的满足。

在教学过程中,王琦注重因材施教。她发现,老年学员们在学习上更加注重实用性和趣味性,因此她经



常选择一些经典而简单的曲目进行教学,让学员们在轻松愉快的氛围中学习钢琴。除了教学上的用心外,王琦还非常注重与学员们的情感交流。她经常与学员们交流心得,让学员们感受到她的关心和温暖。在她的影响下,学员们也逐渐变得更加开朗、自信和热爱生活。

老年学员钟爱青年教师

家住黄岛区的63岁学员佟晓红,每周都会坐公交车来市南区老年大学学习钢琴。“王老师上课非常有耐心,总是因材施教,这样年轻有活力的老师非常受老年学员欢迎。”

62岁的仲建华说:“现在每周上课学五线谱、弹钢琴,手和大脑都得到了锻炼,还认识了一些志同道合的朋友。王老师上课特别认真有耐心,每周来上课都很开心,我们都非常喜欢年轻教师。”

记者 安娜



请扫码观看更多精彩内容

滋养脾胃的佳品 纯铁棍山药粉

纯铁棍山药粉:“养后天之本” 来电送2罐



山药是个好东西,长辈们总是会给你絮絮叨叨一堆山药的好处,让你平时炒菜、煲汤的时候放上点,想方设法地让你多吃点山药。食物中的精气才能更好地被运化吸收,人也更能气血充盈。

南京同仁堂绿金家园出品的温县铁棍山药粉,铁棍山药粉:1、7斤山药1斤粉、2、去皮磨粉、3、香醇顺滑。说起铁棍山药的功效如数家珍,好处就连《本草纲目》也称赞,铁棍山药是好补品。

这款山药粉的推出,极大地方便了喜爱铁棍山药的粉丝们。食用鲜山药,需要相对比较麻烦的加工和烹饪,在当今这个时间就是金钱的时代里,很多人不愿意下厨自己捣饬,加上手艺高低水平差异大,不少人明明知道是好东西,却敬而

远之。南京同仁堂绿金家园出品的温县铁棍山药就非常简,热水一冲即可直接食用,简单方便省时省力。

温县的垆土铁棍山药,被认为是怀山药中的极品。它的口感也非常好,吃起来粉粉糯糯,极易消化,老人、小孩全都可以吃。小朋友喝汤、调奶、喝稀饭时放入,做辅食;大人当早餐或晚餐,可加入自己喜欢的干果、蜂蜜等调和口味,更多食用方法期待大家们建议。

新品上市,为了回馈新老客户,市场价:99元/罐,现在厂家直销199元/8罐,每天前200名订购成功再多送2罐,整整一箱10罐,自己吃划算送也礼倍有面子!

另有:贡宝林木糖醇山药薏米桃酥、贡宝林木糖醇苦荞燕麦桃酥、山药玉米糊、饶河黑蜂雪蜜。

订购电话 400-1088-169

遇占线请拨打大客户专线 131 6157 1116
限时特惠 免费送货 货到付款 优惠代码:623

古方工艺 道地材料

人参鹿鞭丸高品质信赖,方便使用,吸收好效果佳,南京同仁堂出品,关爱中老年人品质生活。感恩回馈6瓶128元,12瓶228元!

随着年龄的增长,咱们中老年朋友平时补充营养尤为重要。高品质人参鹿鞭丸自上市以来深受广大中老年朋友的青睐,是当下中老年朋友的优选!

高含量人参鹿鞭丸,选用鹿鞭、人参、牛鞭、覆盆子、枸杞子、牡蛎、桑葚、山药、杜仲雄花等为原料,采用古法八繁九制,匠心之作,每瓶400粒,材料好,丸才好!道地材料,科学配比,南京同仁堂出品!让您身体壮,生活品质好,幸福又自信。

特大喜讯,感恩回馈6瓶128元,12瓶228元!

近期早晚温差大,中老年朋友要时刻关爱自己的身体。为感恩中老年朋友对我们长期的支持,特举办特卖惠民活动。打进热线可参与一年量6瓶128元,12瓶228元特惠活动。活动仅限今、明、后3天,请抓紧时间申领,领完即止!

益广堂 订购热线:400-0001-858



南京同仁堂人参鹿鞭丸