

“老”同学，好久不见！

市老年大学春季学期昨天正式开课 银发族重启“大学生活”



经过一个寒假的休整，阔别已久的老同学们重归校园。昨天一大早，伴着明媚的朝阳，老同学们如期返校，一个个精神抖擞，脸上洋溢着灿烂的笑容，宁静的校园再次热闹起来。据悉，市老年大学今年春季学期开设299个班级，30多门专业，共有141名教师，学员9800人次。

新学期带着“作业”来报到

昨天早晨8点30分，家住崂山区的李冠三来到市老年大学校门口。记者注意到，他的包里装了不少东西，还有一幅国画作品。“这是我的作业，老师要求我们寒假期间创作三幅作品，我选了其中一幅最满意的拿过来让老师给点评一下。”今年73岁的李冠三告诉记者，他所在的大写意花鸟班，上学期主要学习了牡丹的绘画技法，“老师系统地教我们如何画牡丹、如何给牡丹着色，如何画牡丹的枝叶，如何配景，同学们都收获很大。”李冠三一边说，一边从包里掏出“作业”，摊开展示给记者看。只见三尺见方的宣纸上，几朵盛开的红牡丹十分娇艳，一只蝴蝶扇动着翅膀，即将停在一朵含苞欲放的牡丹上，整个画面构图饱满。

“寒假期间，我每天都画画，家里画的牡丹堆了一大摞，感觉自己的绘画水平有了明显提高，以前我画画只是看表面，有一画一，现在我画画讲求灵动，力求通过毛笔使画作更有层次感，有一种意境美，这幅作品是我在寒假里画得比较满意的一幅，今天第一天上课，我是带着‘作业’来的。”说话间，一位老同学走过来和李冠三打招呼，一个多月没见，大家一见面显得格外高兴。对于退休一族来说，见到老师和同学兴奋地互相问候，是与老朋友的久别重逢，也是对新学期“大学生活”的美好憧憬。

琵琶弹出心中乐

“大家先来练习一下基本指法，跟着我一起弹奏……”在市老年大学502教室，琵琶班的学员们正跟着老师认真地弹奏着。记者从班级花名册上看到，班里的学员年龄都在60岁以上，年龄最大的已经72岁。对于新学期的第一课，学员们都是做了精心准备，有几位学员虽已头发花白，但身穿马面裙，还化了精致的妆容，每个人都全神贯注地跟着老师拨弄着手里的琵琶。让人不禁想起唐朝诗人白居易《琵琶行》中的诗句，“千呼万唤始出来，犹抱琵琶半遮面，转轴拨弦三两声，未成曲调先有情”。

“开学的第一节课主要是以复习为主，复习上学期学的基本功内容，检查大家寒假期间作业完成情况。”今年33岁的李丽是琵琶班的老师，她告诉记者，通过上学期的学习，同学们基本上对琵琶的抱琴、弹挑等专业技法有



市老年大学琵琶班学员在上课。



健身舞班的学员在上课。

了全面了解。这学期会学习比较有难度的重奏练习曲和合奏练习曲，增加重奏练习的机会。“现在老年人学琵琶的比较多，大家对民族乐器的了解越来越深刻，学的人也越来越多。我们班大部分同学是小时候就了解这种乐器，但那时候没有条件学习，退休了通过学校提供的机会实现年轻时的梦想。能明显感觉到老年人的学习劲头足，我每周布置的作业学员们能及时完成，在群里大家积极发练习视频。”李丽说。

作为一名年轻老师，李丽在给老年人上课时会有一些特殊安排，“老年人学琴进度不能太快，需要更细致一些，在教的过程中，老年人手指不是特别灵活，需要经过长时间训练，比如每节课都要抽出10分钟时间练习基本功，让学员们的手指技能越来越好，在弹奏难度高的曲子时，能够更轻松。现在大部分学员每天坚持练习一个小时以上，周六周日每天练习两三个小时。”李丽说。

诗词鉴赏类文化课受青睐

古今诗歌鉴赏是市老年大学去年秋季学期新开设的课程。任课老师刘涛告诉记者，这门课程主要给学员们讲解中国古典诗词和现代诗歌。“自从开课以来十分受欢迎，老年人除了唱歌跳舞，对文化知识方面的需求也十分强烈，开设这门课程就是让老年人

学习中国传统文化和现当代的文学知识。古今诗歌鉴赏班目前有44名学员，上个学期从诗经开始讲，现在已经讲到了唐诗，接下来还会讲宋词和元曲，主要讲有代表性的诗歌作品，比如李白、杜甫、李商隐、柳宗元等名家的作品，让学员们对中国的古典诗词有一个大概的了解。”刘涛说。

今年67岁的王青梅是古今诗歌鉴赏班的学员，对于报名学习这门课程，王青梅有自己的理解和感悟，“我报古今诗歌鉴赏班有一个初衷，就是我们的国学文化应该得到传承，学习国学可以提高自己的文化素养，提高自己的视野，同时对自己的文学创作也有很大帮助，我觉得国学鉴赏不仅是我们老年人应该学，中青年和少儿都应该学，因为国学文化源远流长，富有韵律、美感和思想性。”在王青梅看来，学习古诗词和近现代诗歌有所不同，学古诗词可以领略国学文化的博大精深，它的美是在字里行间和韵律当中。近现代诗歌是对有家国情怀的历史人物作品的传颂。除了报名古今诗歌鉴赏班，王青梅还报名了市老年大学的书法班，同时，她还是老年大学艺术院朗诵团的成员。

“学习让我保持活力”

昨天上午，学员们首先聆听了微党课“开学第一课”。随后，音乐班响起了阵阵优美动听的歌声；钢琴班传出宛转悠扬的曲调；舞蹈班里学员们舞姿轻盈、

举止优雅；书法班学员一边挥毫泼墨切磋技艺，一边交流创作心得。老师们认真讲解，学员们仔细聆听，教室里热情洋溢、暖意融融。

“一二三，嗨……”随着动感十足的音乐，健身舞班的学员们跳起课前的热身操，旋转、拍手、踢腿，每个人的脸上都洋溢着灿烂的笑容。在306教室，学员们跟着指导老师认真地做着动作，“跳舞不仅可以让我保持体形，还能让我拥有乐观的心态，每次跟着音乐的节奏舞动身体，我感觉身上的每一个细胞都充满活力。”健身舞班的学员对记者说。

“我从来没学过乐器，退休了想挑战一下自己，学习可以让我保持年轻状态。”“我年轻的时候就很喜欢听古筝，感觉古筝的声音很让人放松，今天开学了，昨天晚上激动得睡不着觉。”……在505教室，学员们正认真地跟着老师弹奏乐曲。“去年上第一堂古筝课时，我带领学员们认识了古筝的琴弦，我告诉大家甲片如何使用，经过一个学期的学习，学员们的古筝演奏水平有了明显提高……”古筝班任课老师杨睿一边说着，一边用手拨弄着琴弦。看完老师做的示范动作，学员们纷纷开始练习，杨睿走到学员身边，开始逐一纠正学员们的动作。杨睿说，她在教学过程中制订了一些专门针对老年人学琴的教学方案，比如除了教基本功外，还会选择一些老人们耳熟能详的曲目，教给大家一些能够提高老学员们练琴兴趣的曲子。

80余门课程精彩纷呈

3月4日是青岛市老年大学2024年春季学期开学第一日，校园早早就热闹起来。教学楼内外迎风招展的彩旗、醒目的欢迎标语、欢快的歌声、学校工作人员的热情相迎，将开学仪式感拉满。许久未见的老师、学员们欢声笑语、问候寒暄，带着兴奋与期盼开启新的圆梦之旅。教学楼内，书法、绘画、舞蹈，样样精彩；钢琴声、二胡声、唱歌声，声声悦耳。教室里，老师神采飞扬，学员兴致勃勃，教得生动有趣，学得津津有味。据市老年大学教务处负责人郭萍介绍，本学期，市老年大学共开设30余个专业，80余门课程，299个班级，有141名教师，编班学员9800余人次。从去年秋季学期开始，增加了许多新课程，如智能手机、短视频应用等智慧养老课程。为了让老年学员有更好的学习体验，市老年大学每年都利用学员寒暑假期间，对校园进行一些改造升级，今年对教学楼各楼层地面进行了优化，教学环境进一步提升。

今年，市老年大学将以培养有作为、有进步、有快乐的新时代老年人为目标，以开展建校40周年系列活动为主线，以创建全国标准化示范校为契机，扎实推进教学一体化建设，着力构建规模适当、管理规范、形式多样、特色鲜明的高水平老年大学新格局。

观海新闻/青岛早报记者 宋振涛 摄影报道
视频拍摄剪辑 刘宇航



扫码观看
精彩视频



扫码加入
早报银龄俱乐部