

梦圆老年大学

□ 郑希敏

能做与自己兴趣爱好相关的工作是人生一大幸事。我自幼热爱绘画和京剧，但由于种种原因，并没有从事与之相关的职业，这一直是我心中的遗憾。

退休后有了充足的时间，一颗追梦的心又强烈地跳动起来。但总觉得缺少一个入门的平台和学习的场所。2011年，滨州市老年大学新校区落成开学，而且就在自家门口，我内心抑制不住的高兴和激动。冥冥之中仿佛有一个声音在对我说：“老年大学将成为你人生的新起点！”

我一口气报了绘画、书法、京剧等多个专业，在老师的精心指导下，再加上自己的勤奋努力，各项学业进步很快。从初级班起步，

现在已升级到绘画高级班。我的书画作品多次在滨州市乃至全省的比赛中获奖。京剧演唱方面也颇有收获。由于我学得刻苦专注，加之曾经有点功底，很快便成为了班里的“骨干”。几年来，我多次参加滨州市委老干部局和老年大学举办的文艺专场和公益慰问演出活动，也经常随校艺术团赴敬老院演出。每当站在舞台中央，感受着镁光灯的照射，聆听着掌声与喝彩声，看到我的表演给群众带去了欢乐，一种自豪感和价值感便油然而生。

老年大学不仅使我找回幼时的爱好，为我提供深造和展示的舞台，更让我在书画和京剧方面学有所成，大放异彩，晚年生活也因此熠熠生辉！■

声乐教学法小议

□ 声乐专业教师 于春梅

对于中老年朋友来说，音乐是生活中不可或缺的精神食粮。作为老年大学的一名声乐教师，就应尽心竭力，让学员通过动听的歌声感受美好的晚年。

注重先易后难 老年学员的文化水平参差不齐，在声乐方面多为“零基础”。教学中，应根据学员实际，有的放矢地选择曲目。比如刚入学时，以选择老歌为主，一是亲切熟悉，二是朗朗上口。从而唤起学员美好的记忆，激发学习热情。具备一定基础后，

再选择难易不同的曲目授课，既能照顾到基础好的学员，又能使基础差的学员跟上学习进度。

善于语言加工 声乐教学不仅要使学员会唱歌，还要结合歌曲传授音乐的基础知识和基本技能。理论学习中总会遇到一些晦涩难懂的术语，为此，教师应首先进行“语言加工”，通过打比方、举例子等方法，让知识变得通俗易懂，具体形象。如讲吸气、呼气时，我告诉学员可以双手叉腰来体验，吸气时鼓肚

子，呼气时保持平稳；我还告诉学员，发声时腰的周围要有长了翅膀的感觉……这样的语言学员更容易理解、接受。

强化赏识教育 美国心理学家詹姆士说过：“人最本质的需要是渴望被肯定。”在教学中，我始终以宽容的心态、欣赏的目光去对待每一位学员，关注他们的每一个闪光点。哪怕只是微小的进步，我都会在课堂上大加表扬，激发学员自信心，让他们体验到学习和成功的快乐。■