

# 定闹钟抢课,通过业余学习为生活充电 这些艺术课堂点缀岛城的夜晚

□记者 高阳

作为“千岛千讲”的忠实粉丝,市民郭女士一看到周末艺术课堂、百姓艺术课堂2023年第三阶段课程将于8月23日上午9点开始报名的信息,就拿出手机设定好了闹钟,“8月23日8时55分,抢课!”

什么课程有这么大的魅力?郭女士说:“文化馆面向市民的艺术课堂交关好,我已经连续五期蹲点抢课了!”

## 形体美学场场爆满 “草根”老师连连获赞

记者了解到,周末艺术课堂2023年第三阶段课程开设形体课、国画课和太极拳课。而郭女士定闹钟准时开抢的正是形体课,“这堂课太受欢迎了,每次都是满员,还有很多报不上名的人来旁听。50个人的一堂课,有次来了近70人。想上课就只能拼手速了。”

形体课的授课老师是自称“草根”的普陀区形体文化协会会长白玫。2019年,白玫老师受市文化馆邀请,加入百姓艺术课堂、周末艺术课堂的授课教师团队。

“起初市文化馆找到我的时候,他们还是有所担忧,担心我这个‘草根’老师授课会遇冷。确实第一期形体课程课时只有十余人报名,但是第二期一下子就全部报满了。”白玫笑着说道,她一直对自己很有信心,受学员们的喜爱只是时间问题。

白玫的形体课主要针对学员们的身体体态,如骨盆前倾、弯腰驼背等不良体态,白玫表示,只要认真跟着她的课学习两次以上,就能有明显改善。白玫自信地说,因为她自己就是最好的例子。

十多年前,40多岁的白玫如大多数普通中年人一般对身材管理、体态管理并不重视。看着自己日益肥厚的肩膀、凸出的小肚子,她想改变。由此,白玫走上了四处求学、改善形体体态的路。“现在我走在路上,不认识我的人都觉得我只有40岁。”白玫说,这是因为整个人的身姿挺拔了,气质变好了,举手投足间的韵味让她看上去更年轻了。

这期形体课已经是郭女士报名参与的第六期课程了。从第一次朋友推荐上形体课后,尽管每期课程内容相同,郭女士仍然期期报名,周末艺术课堂、百姓艺术课堂都不错过。她说:“我现在体态改善了非常多,一些不良习惯都没有了。有些老师尽管自身很厉害,但是可能不会教。而白老师的教学简单易懂,一些很深的东西,她三言两语就能讲明白,她还很亲和。所以我会一直坚持下去。”

说起自己课程的受欢迎程度,白玫笑着说:“我也听几个学员说起过,一个个一到报名时候就守在手机前,生怕我的课报不上。但是这几年市文化馆也一直在优化课程,我相信,越来越多的市民能参与进来,也会有更多有意思的课程面向大家。”

## 从传统剪纸到立体剪纸 亲子活动欢乐满堂

本期百姓艺术课堂除了形体课爆满外,还有一堂格外受欢迎的课——剪纸课。



这堂课的授课老师是舟山非遗传承人,剪纸达人施松达。

施松达的剪纸课与传统平面剪纸不同,是立体剪纸。乍一听“立体剪纸”,不少人会觉得“那肯定比传统剪纸难”,施松达表示,其实立体剪纸非常简单,因为是面向亲子家庭的,一些五六岁的孩子都能轻松掌握。

“立体剪纸就是通过折叠、拼装,让平面的纸张‘立’起来。”施松达表示,他教授立体剪纸的初衷就是让更多的小朋友喜欢上剪纸。

20多年前,施松达就开始接触剪纸,一直以来致力于通过公益活动和学校、社区授课向大家传递剪纸的乐趣,但是不少学生在学习一次传统剪纸后会觉得自己已经掌握了,对此失去兴趣。因此,施松达到处找寻方法,终于在一场文博会上看到了来自义乌的立体剪纸。“我就跟着那位师傅学习了几天,他看我这么认真,也就指点了我几句。”施松达又自己钻研,通过简单的剪、画、拼,让剪纸立了起来。

现在,施松达的立体剪纸课非常受欢迎,每期35组亲子家庭的名额,也是场场爆满。剪青蛙、蝴蝶等等小动物,每一次都给小朋友新奇的感觉,大家都盼着快点上下一堂课。

在庆祝中国共产党成立100周年之际,施松达琢磨好几天,最后用红色纸张剪出了一艘“红船”。这艘“红船”现在依然是他的授课内容,且红船日益精美,剪纸工艺愈发娴熟。

“我希望有更多小朋友、大朋友能来参加我的剪纸课,剪纸是一项很有意义的非遗项目,值得让更多人关注。而且剪纸并非枯燥无聊,其实也有很多乐趣。”施松达说道。

## 报名艺术课堂的市民多元化 年轻人开始青睐艺术滋养

记者了解到,现在报名参加周末艺术课堂、百姓艺术课堂的市民不仅仅只有中老年人,还有一部分是年轻人。90后市民璐璐从2019年开始就关注起了官方部门发布的艺术课堂,摄影班、瑜伽班、古筝班,她都报名参与过,“这些课程都很有意义,不是走个过场,我实实在在学到了东西。而且对我来说是一种放松、一种充电。”

另一位90后小王也是艺术课堂的粉丝,她报名参与过茶艺课、西点课和中式点心课。小王说:“一开始是抱着玩玩的态度报名的,但上了一堂课就沉下了心,开始认真听课、学习。这让我的休息时间更有意义了,而且知识面也广了,掌握的技能更多了,可以说陶冶了自己的艺术情操。”

为什么年轻人也开始喜欢各种类型的艺术课堂了?璐璐认为,对于像自己一样的年轻上班族来说,结束一天的工作,夜晚才是真正属于自己的闲暇时光,艺术课堂不仅是减压放松换种方式休憩的地方,还能燃起自己对美好生活的热爱。花道、茶道、烘焙、表演、瑜伽,形式多样的艺术课程点亮了生活,同时也提升了审美与创造美的能力,滋养了生活的美好。

“我们市文化馆的艺术课堂也一直在跟着市民的需求调整更新。以前是我们出课程,市民来参与,现在更多的是我们根据市民的需求提供课程,供市民选择。”市文化馆工作人员迪丽拜尔·尼牙孜表示,现在“千岛千讲”全民艺术普及工程也在不断尝试突破,覆盖更多群体,开设更多特色课程,“希望‘千岛千讲’能打响名气,有更多市民参与其中。” 照片由受访者提供