

## 南航老年大学 2026 年春季班教学计划

班级	合唱班		授课教师	张定强	班主任	夏云			
教学目的									
使用教材									
上课时间	每周星期六上午 9:00—10: 30		地点	南航教职工活动中心 503 室					
课次	日期	教学内容							
1	2月 28 日	声乐艺术概论							
2	3月 7 日	如何有针对性选择发声练习							
3	3月 14 日	讲授歌唱与气息关系							
4	3月 21 日	气息支持与对抗练习							
5	3月 28 日	气息与声带在发声中的协调关系							
6	4月 11 日	如何打开喉咽腔通道练习							
7	4月 18 日	如何协调舌根与喉头稳定练习							
8	4月 25 日	声线稳定与咽壁力量的训练							
9	5月 9 日	高位置建立与软口盖上提练习							
10	5月 16 日	中低声区练习与气息支持的状态							
11	5月 23 日	高音区声带与气息运用的方法							
12	5月 30 日	头声与鼻腔的共振关系							
13	6月 6 日	吐字与共鸣的平衡关系							
14	6月 13 日	声乐汇报							
15	6月 20 日	声乐汇报							
备注	报名联系人：夏老师，13851612959								