

## 关注 广场舞背后的道理

很多人不理解,健身方式多的是,干嘛一定要去跳广场舞?  
上海大学社会学教授顾骏最近在和一位老同事谈起该话题时,被这位“骨灰级”的广场舞高手上了一堂课——大妈热衷广场舞,背后道理大着呢。

这位老同事对顾教授“吐槽”:她们当年进厂时,有的女工才40多岁就很显老,直接被称为“外婆”,但现在到那些跳舞的大妈中间去听听,还有自称“女生”的呢,心理状态就完全不一样了;还有,以前家里兄弟姐妹多,等孩子全“出道”,母亲也老了,还要为第三代操劳,根本没有时间安排个人生活,而现在只有一个孩子,早就成家,要么就还没想要下一代要么有了第三代不要老人带,说是放老人自由,不跳舞,怎么打发时间?

听罢老同事的理由,顾骏特意撰文《跳舞大妈有话说》表达自己的观点:没有如今的经济发展、社会进步,大妈们连跳舞的念头都不会有。的确,现在的大妈们有钱有闲有精力,晚年生活从物质上来说都有保障,自然需要对精神生活有所追求,而广场舞无论是从参与门槛到参与人数都是最适合大妈们的。就连顾骏也自嘲:如果我没有那么多事情等着做,恐怕退休之后也得成为“中国大爷”,给大妈伴舞去。当然,顾骏也指出广场舞的确有其弊端,但他相信随着社会再继续进步,大家应该就能彼此谦让,互不相扰了。

## 关注 健身之外更“健心”

在如今的广场舞热之前五六年,排舞就已在申城升温。上海排舞协会成立已有3年,协会副会长史济新告诉记者,大约12年前,排舞是从西方欧美国家引进的一种易于学习、群众性较强的舞种,普及发展至今,上海跳排舞的人数大约有四五万人。比较通俗、年龄不限,没有文艺、体育舞蹈那样的高难度,尤其能达到健身的目的,因此排舞能迅速流行起来。在本市的排舞比赛中,有一套系统的评分标准,以及规定的音乐和舞码,一些好的团队在队形上会有特别的编排,规模大的比赛队伍甚至能达到上千人。排舞属于广场舞的一种,不过专业人士认为,排舞难度要高一些,而广场舞的概念宽泛随意性更强,许多广场舞都出于文艺爱好者自编自排的动作,没有像排舞这样有规定动作。

现在,排舞已被列入上海市民体育大联赛其中的一个项目,各社区街镇选派团队间的比拼已经分出胜负,进入到全市4个赛区建的比赛,最终决赛会在今年10月至11月举行。在每年的“体育配送进社区”活动中,排舞培训也是一块重要内容,约有数百次,或是对舞蹈骨干培训或直接向团队指点迷津。上海代表队与全国各地、世界各国的交流也很多,史济新认为,相较而言,我们的排舞比其他国家地区的优势在于更加整齐划一有气势,国外有的舞团可能连服装都不像我们会如此统一。

曾有人评价排舞,学会它就能跳一万首不同曲子,能在世界各地找到舞伴,随时随地即兴跳舞,伦巴、恰恰、华尔兹、牛仔舞、踢踏舞乃至hiphop都可以融入到排舞中,这种舞蹈学起来可难可简。但作为本地群众的健身方式,能学到怎样的程度可能并不是最重要的。史济新表示,通过自己观察发现,排舞以及不同种类的广场舞,能够吸引人群,跳舞的人乐在其中,与其说是健身,其实是在“健心”。他认为,排舞能热,如今广场舞能火,背后还有许多社会因素。居住的楼房不像过去那样能方便地与邻居沟通,在老年社会中,中老年人如果没有社会活动缺乏社会交流,势必感到孤独,而广场舞就是他们的一种社会交流形式,在此扩大社交面。“跳一场广场舞,未必能达到我们要求的黄金心跳130次的有氧运动目标,许多人无非是甩甩胳膊动动腿,活动总比不动要好,更重要的是能交到相同

# 火热广场舞能否彼此谦让不相扰



### 焦点关注

最近广场舞又火热的跳起来了。在大妈大爷们眼里,广场舞永远是活跃心情、锻炼身心的绝佳神器,他们沉浸其中、乐此不疲。在某一群人眼里,大妈大爷是疯狂的噪音制造者,广场舞是骚扰生活、激怒情绪的根源。为什么中老年人一定要去跳广场舞?这是很多人的困惑。有啥办法能帮大妈们解决跳广场舞与不扰民之间的矛盾?这也是很多社会管理者们思考的问题。

■记者 马欣然 颜静燕 郭爽



志趣的朋友。”他常听到这样的例子,哪个阿姨某天突然没有来跳广场舞,她的舞伴们马上就紧张地去电,嘘寒问暖。另一方面,广场舞热也和市民生活质量提高有关,中老年人开始热衷于追求美,追求自身体型美,也追求舞蹈艺术美感。

都市人需要交流,聚到广场上来,另一方面也多少存在着噪音扰民这样的争议。据介绍,对于此上海是有一套较为有序的管理模式和组织网络,每个街镇的指导站会统一安排活动场地和时间,避免不同团队间抢地盘这样的冲突。上海社会体育指导员达4万余人,各级体育行政部门和组织按照“固定项目、固定人员、固定时间、固定地点”的上岗服务模式,派遣社体指导员开展指导服务。

石源记 青田石专卖店  
高中档青田石方章  
手机:13867073561  
地址:上海小木桥路528号(天乙广场)二楼256  
杨浦区国和路花鸟市场92号

## 关注 【社区经验】

### 千军易得 领队难求

一段时期以来,大妈广场舞几乎被视为“社会公害”,隔三差五在媒体上曝光,要么被驱赶了,要么让人放狗吓着了,要么在国外引来警察了。总之就是招人烦。但在徐汇区天平社区,广场舞“大军”在一个个“居民统帅”带领下,不仅不扰民,还能在街道引导下从事公益活动。

今年72岁的韩珊琴是一位退休幼儿园园长。近十年来,广场舞在天平社区得到广泛发展,热爱这一群众体育运动的居民不断增多,韩珊琴也不例外。通过热情参与,韩珊琴成为天平社区广场舞团队的负责人。如何开展好引导工作,让团队活动不扰民的任务就落在韩珊琴这位“民间统帅”身上。通过走访,韩珊琴清晰地了解到每支队伍的活动时间和场地。通过沟通,韩珊琴发挥了自己曾经作为园长的管理经验,给每支队伍都制定了活动时间和场地的“排班表”,尽量错开小区居民的休息时间,同时也有利于参与广场舞活动居民的生活。“经过韩老师的沟通,我们有了固定的活动时间,放音乐跳舞也不影响周边居民。活动时间也很方便,9点跳到10点半,正好回去买菜烧饭。”社区广场舞爱好者张先生说道。

### “场地危机”协调解决

在社区体育干部的努力下,广场舞爱好者自我活动,自我管理的活动方式取得了良好效果。这样一来,天平社区文体干部们就能腾出手来,为广场舞团队提供更好的场地。通过天平街道的努力,市二中学操场成为周边居民区广场舞团队活动的“新主场”。为了更好地服务广场舞团队居民,街道也进一步与学校沟通,在操场上安装路灯,方便居民晚上进行广场舞活动。

同样遭遇过“场地危机”的还有徐汇区的龙华街道。在龙华社区南片,五六个居委的阿姨们,组成了一支人数过百的庞大“零门槛”广场舞队伍,负责人沈阿姨说,以前天黑了没有灯光的场地,她们就自己乱找地方,险些跳到人家单位里去,还被投诉过。“后来,街道出面,和社区里的龙南小学沟通,学校最终同意每周为我们开放四个晚上。”

因为学校在小区内,阿姨们也做起了有心人,沈阿姨特意在活动时跑到小区里,听听多大的音量才不会对周边居民造成影响。街道还出面为她们装了照明设备。如今,阿姨们遵循着每次18:30—20:00的活动时间,每个居委还列了点名册,对参加活动的人员数量做到心中有数。

