

Physical Education, Aesthetic Education, Moral Education

—On the Social Value of Community Dance

Xu Chenglong^{1, a}, Hu Xiufan^{2, b*}

¹Department of Dance, Conservatory of Music, Shandong Normal University, Jinan, Shandong, China

²Department of Dance, Conservatory of Music, Shandong Normal University, Jinan, Shandong, China

^axchl1998@126.com

^{b*}15512715869@163.com

ABSTRACT

Firstly, this paper combs and analyzes the concept of community dance and square dance at home and abroad. Community dance is an important part of mass culture, and the study of its social value has important practical significance for building a happy and civilized society. The sports function of community dance with entertainment as the core can promote the healthy development of the participants' body and mind, the aesthetic education function with aesthetic as the intermediary improves the participants' artistic self-cultivation and aesthetic taste, and the moral education function with the goal of spiritual civilization construction promotes the harmonious and stable development of society. In the future development process, with the support and guidance of national policies and the organization and promotion of various literary and art work units, community dance will take the steps of China and the people in the new era, and gradually establish a perfect and mature system with Chinese characteristics serving the Chinese people.

Keywords: Community Dance, Square Dance, Social value, Spiritual civilization construction

体育、美育、德育—— 社区舞蹈的社会价值刍议

徐成龙^{1, a}, 胡秀帆^{2, b*}

¹ 山东师范大学音乐学院舞蹈系, 济南, 山东, 中国

² 山东师范大学音乐学院舞蹈系, 济南, 山东, 中国

^a xchl1998@126.com

^{b*} 15512715869@163.com

摘要

本文首先对国内外的社区舞蹈、广场舞蹈进行概念上的梳理与分析。社区舞蹈是群众文化的重要组成部分, 研究其社会价值对于构建幸福文明的社会具有重要的现实意义。社区舞蹈以娱乐为核心的体育功能可以促进参与者身心的健康发展、以审美为中介的美育功能提升了参与者的艺术涵养和审美趣味、以精神文明建设为目标的德育功能推动了社会的和谐稳定发展。在未来的发展过程中, 随着国家政策的支持和引导、各文艺工作单位的组织和推广, 社区舞蹈将会在新时代跳起中国的舞步、人民的舞步, 逐步建立起服务于中国人民、具有中国特色的完善成熟体系。

关键词: 社区舞蹈; 广场舞蹈; 社会价值; 精神文明建设

1. 前言

“社区舞蹈” (Community Dance, 或译为社群舞蹈) 这一概念曾以多种形式从各种角度被不同的人

定义过。据查阅,该名称最早可追溯于20世纪70年代的英国,以倡导“人皆能舞”(Dance for Everyone)为理念。由于社区舞蹈的性质会随着世界各地项目发起人的性格、动机和感情的不同而变化,总会有新的认识产生。因此,目前来看社区舞蹈还没有一个全方位的定义,其含义呈现多元化的倾向。大体上欧美国家的社区舞蹈可以概括为:以舞蹈召集人为核心,任何人都可以参与。一般由社会组织负责管理和运营,全程有职业舞蹈家指导,是一种创造性的艺术实践活动。相较于欧美等国家社区舞蹈的概念而言,我国的社区舞蹈有其独特的意味,它是在顺应国家加快构建现代公共文化服务体系的政策引导下,作为公共艺术的舞蹈艺术门类中催生出的崭新概念。截止目前,笔者在搜集《中国舞蹈大辞典》、《中国舞蹈词典》和《百科知识辞典》等书目后,均未发现对于社区舞蹈的相关定义,因此可以说我国在社区舞蹈的概念方面尚未形成固定的解释。笔者在查阅中国知网社区舞蹈的相关文献中得到的一个较为合理且普遍接受的定义为:社区舞蹈是一种在社区活动室或社区空地上进行,以舞蹈团队形式出现,以自娱、健身和审美愉悦为追求,以艺术舞蹈学习、排练、创作、表演为主要内容的社会舞蹈形式。

与社区舞蹈的情况相同,目前我国学术界在广场舞蹈的概念方面也未形成统一的界定和划分。1989年出版的《百科知识辞典》将广场舞蹈定义为:“大型的群众性舞蹈表演和自娱性舞蹈活动。”在1994年出版的《舞蹈大辞典》中,广场舞蹈被解释为“主要相对于剧场舞蹈而言的民间舞蹈。”学者牟顶红通过文献法与总结法将广场舞蹈定义为“人民群众自发的,在广场上进行的、统一的,以健身、自娱、交友为目,在音乐伴奏下的以舞蹈为载体的健身活动。”

就“社区舞蹈”的外延和作为“广场舞”的社区舞蹈而言,社区舞蹈是有组织的甚至是需要专业舞蹈人员的引导和参与之下才得以进行。相比较之下,社区舞蹈旨在追求舞蹈活动中的审美愉悦,并通过舞蹈活动最终对社会发展产生有利的影响,而作为一种群众自发性的广场舞的参与者多以强身健体和自娱自乐为主要目的。可以说,社区舞蹈是广场舞发展到一定规模之后所演化出来的一种更为高级、更具艺术形式的舞蹈活动;或者说,两者本就是中、西对于同一类质的舞蹈活动的不同称谓。

不论是“广场舞”,或谓之“社区舞蹈”,作为群众文化中不可或缺的部分,了解其潜在社会功能,挖掘其深层社会价值,对于构建幸福文明社会具有重要的现实意义。

2. 体育——以娱乐为核心的体育功能

在我国,人们通过舞蹈来强身健体、驱除疾病的历史由来已久,最早可以追溯到原始社会时期阴康氏部落所跳的“大舞”,其目的就是通过舞蹈强健骨骼、疏通经络,促进体内的血脉循环,增强人们的体质。

进入现代社会,随着生产与生活方式的不断发展变化,随着年龄的增长,特别是中老年人群体内器官自然老化,器官机能逐步降低,且长期缺乏锻炼,由此不可避免的会造成免疫力下降,慢性病患率逐步增高。社区舞蹈由于没有任何年龄或是职业的限制,且不像其他运动方式那样过于单调或者要求体力,相对于门槛低、自由度高、成本低、效果好,因此逐渐成为当代中老年人群寻求的最佳锻炼方式,拥有了广泛而深厚的群众基础。社区舞蹈于个体的价值而言最主要的是能够通过舞蹈活动促进参与者的身心健康发展,满足参与者身心健康的现实需求。

经常性的参加社区舞蹈活动能够有效促进参与者的生理健康。首先,由于中老年人群的身体素质相对来说较弱,体力、精力也大幅度降低,无法进行激烈的运动,而社区舞蹈相对于动作简单、轻松灵活、形式活泼,迎合了中老年人群的运动需求。其次,科学系统的社区舞蹈编排,能够使参与者的身体肌肉和骨骼得到全面的锻炼。在跳社区舞蹈的过程中,参与者的头、颈、肩、背、腿等部位肌肉和韧带在一定程度上可以得到拉伸和舒张,对于人们日常生活中久坐、久站、久躺等不良习惯导致的全身酸痛、四肢无力问题可以起到很好的缓解作用。规范合理的社区舞蹈训练还可以有效改善中老年人群中常见的骨骼疼痛、骨质疏松等问题,不仅能够增强骨骼的抗折、抗弯、抗压能力,使关节更加的灵活、稳定,与此同时还可以疏通经络、畅通气血,使训练者的身体变得挺拔、肢体变得协调、肌肉变得更加有力量。再次,根据社区舞蹈训练强较低、节奏韵律性较强、持续时间较长等特点,可以说是最适合老年人的有氧运动项目。持续一定时间的练习可以逐步提高心跳率,增加心脏中血流输出量的同时加快代谢速度,坚持定期的训练便可以降低参与者体内的脂肪含量,从而保持一个健康紧致的身型。最后,社区舞蹈还可以增强人们的心、肺功能,增加血管壁的弹性,大大增加人体血液中的氧气携带量,有助于改善和促进人体血液循环系统和消化系统,有效缓解亚健康,对于预防中老年人群中常见的慢性身体疾病起到了良好的作用。

参加社区舞蹈的日常排练及演出活动还可以提升参与者的心理健康。相比较于每天学习工作完以后的独立活动,与大家一起进行高雅的艺术文化交流活动,是不是更有助于消除现代都市人群的孤独感呢?答案是显而易见的。虽说社区舞蹈没有年龄、性别、职业的限制,但就目前来说其参与者主要还是以中老年女性为主。在我国,社会主义道德建设以集体主义为原则,大多数人已经形成了集体主义的思维方式及行为习惯,但是随着现代社会的发展,个体意识在逐渐的增强,这就使得传统家庭的中老年女性不满足于因代际关系疏离而产生的孤独感。社区舞蹈活动的出现恰好成为了中老年女性缓解孤独、转移情感注意的重要平台,她们开始跨出家庭的界线进入社会生活,在社区舞蹈活动中构建新的人际关系,尝试在这个集体中重新找到归属感。除此之外,参与者在进行社区

舞蹈活动中注意力都集中在优雅的音乐和舞姿上,大脑思维不会为日常的琐事和烦恼而困扰,舞动之间舞者内在的情感得以宣泄,主观幸福观得到提升,整个人沉浸在一种自我欣赏的心理状态,不仅缓解了负面情绪,释放了心理压力,而且提升了个人的自信心,从而促进身心健康愉悦地发展,对于中老年女性而言甚至还有缓解更年期的作用。总之,社区舞蹈活动已成为参与者日常生活中进行自我表达和社会交往的重要载体,对于其个人的心理健康发展和家庭的和谐稳定都具有重要意义。

3. 美育——以审美为中介的美育功能

德国启蒙文学的代表人物之一席勒曾在其代表作《美育书简》中提到:“只有审美趣味能够给社会带来和谐,因为它把社会和谐建立在个人心中。”较之于其他类型的健身活动,社区舞蹈更具备引导和提升公众艺术涵养和审美趣味的重要功能。照目前来看,参与社区舞蹈活动的人群大致可以分为三类:创作者(一般为团体中的领舞示范)、表演者(其中包括创作者)和欣赏者。

首先,对于创作者来说,社区舞蹈的常态化演出推动了创作者审美创造力的提升。社区舞蹈产生的一大原因就是广场舞的参与者已不能满足于那些僵化、老套的舞蹈动作,她们开始寻找资源和渠道学习艺术舞蹈,追求舞蹈表演产生的审美愉悦,因此社区舞蹈的参与者尤其是创作者从一开始就对演出内容有着更高的审美追求。在常态化的社区舞蹈活动中,创作者的审美创造贯穿了全过程。首先社区舞蹈以团体的形式出现,编者需要以广大参与者的需求为依据,比如根据大家意向的舞蹈形式、想要表现的舞蹈内容来进行编创。其次创作者需要根据参与者在排练及演出后的反馈,将一些不合理的部分进行调整。比如有些舞蹈动作难度较大,创作者在教授的过程中发现大部分参与者无法达到动作的标准,这种情况下就需要编者充分调动起审美创造力,重新编创出既符合审美需求,又能被广大参与者所接受的舞蹈动作。最后,在演出活动结束后,创作者还需要根据现场观赏者的反应对舞蹈的内容再次进行调整。总之社区舞蹈常态化的演出活动,需要创作者不断推出新的作品来满足参与者和观众的需求,这个过程也促使创作者的审美创造力得以不断提升。

其次,对于作为审美客体的表演者来说,当代社区舞蹈以展现身体为基本途径契合了参与者的审美需求。由于经历了传统观念的中老年女性目前正处于一种焦虑和压抑的现实状态,她们急于从传统家庭共同体的束缚中脱离出来,重建个人的主体价值,寻找人生的归属感。社区舞蹈的出现恰好契合了她们的需求,为她们搭建了一个重新表达和呈现自我的舞台。在这样一个空间场域内,参与者不用考虑家庭或者工作中的情感压力,获得了更多的自由和独立。在进行舞蹈表演的过程中,表演者伴随着音乐,通过简单且富有韵律性的舞蹈动作,尽情舒展美的舞姿,塑造美

的形态,在舞动之中充分感受自我的存在和生命的活力,内心情感转化为舞蹈动作的表演过程中生理和心理都将获得满足,传递和呈现出一个崭新、独立、充满魅力的女性形象。这在一定程度上改变了中老年女性传统的身体认知观念,使她们重新拥有了表现与诠释自己身体的载体与形式。

最后,从作为审美主体的欣赏者角度来看,具有一定艺术水准的社区舞蹈可以促进欣赏者审美趣味的提高。由于社区舞蹈活动一般以学习和表演艺术舞蹈为主要内容,相较于动作简单、节奏单一的广场舞,其表演的内容艺术性更强,观赏性更高。在观看社区舞蹈的过程中,人们先是被舞者优美的舞姿、丰富的动作所吸引,接着表演者流露的真切情感引起观众共鸣,并产生了强大的艺术感染力,由此带给欣赏者一种审美愉悦的享受。因此观看社区舞蹈可以美化人们的心灵,陶冶性情,使欣赏者的心情变得舒畅,充满对生活的热情。经常性的观看社区舞蹈演出,不仅可以丰富个人的艺术审美经历,而且还可以在潜移默化中提高审美趣味。

4. 德育——以社会精神文明建设为目标的德育功能

社区舞蹈是一种社会文化现象,目前已遍及我国各个社区、街道和村落,深深的扎根在人民群众之中,产生了重要的文化价值和社会效应。作为新时代方兴未艾的大众文化典型代表,社区舞蹈在促进参与者身心健康,满足审美娱乐需要的同时,现已成为推动社会精神文明建设的有效手段。

于个体而言,社区舞蹈的德育价值体现在以下两个方面。第一,社区舞蹈参与者在观看、学习和排演舞蹈作品的过程中,不自觉的对舞蹈作品传递的正确价值观产生认同感,并逐渐从主体意识上的认同转化为实际行动上的发扬。比如在笔者所参与的山东省舞蹈家协会所做的新时代文明实践文艺志愿服务“舞动千万家”广场舞公益惠民项目中,就包括了《中国歌最美》、《盛世秧歌》等作品,通过作品的名称我们能看出社区舞蹈参与者期望通过舞蹈这一形式来赞扬美好生活,表达对祖国的热爱。表演过程中,伴随着一首首讴歌祖国的曲目,舞蹈演员们生动的舞蹈形象、真实饱满的情感表达,激起了在场观众对中华文化的强烈认同,在弘扬社会主义核心价值观的同时坚定了文化自信,推动了人们以实际行动来践行爱国主义精神。第二,随着各地区文艺工作者和组织者的积极响应,社区舞蹈不再仅仅局限于公共地带或是社区活动室,越来越多的社区舞蹈登上了更大的舞台。这就是对于平时训练的积极反馈,有效促进了社区居民集体荣誉感与归属感的形成,有助于社区居民形成积极向上的精神面貌。除此以外,频繁的社区舞蹈活动,使人们交流和沟通的机会增多,变得更加亲密,过程中逐渐构建了新的人际关系,对于邻里关系的和睦起到了一定程度的积极作用。

在我国，社区是国家大厦的地基，是开展公共文化服务的基础单位，社区舞蹈活动以舞蹈为媒介，成为了学校教育的延伸场所，承担着社区舞蹈参与者美育和德育的工作。社区舞蹈的发起者，许多都是在非盈利的状态下组织、宣传、教授社区舞蹈，包容性、开放性极强，已成为一项公益的社会服务，成为了新时代文明实践文艺志愿服务活动的有效载体。此外，社区舞蹈已经慢慢的从只有中老年人参与发展到全民参与的阶段，不仅受到政府部门的高度重视，也成为了社会上备受关注和议论的话题，是一项全民参与和认同的文化活动。社区舞蹈正在润物细无声的推动公共精神的塑造，推动社会精神文明的建设，增强社会的凝聚力，对于维护社会和谐稳定、促进社会稳步发展都起着不容忽视的重要作用。

5. 结论

社区舞蹈以娱乐为核心的体育功能促进了参与者身心的健康发展、以审美为中介的美育功能提升了参与者的艺术涵养和审美趣味、以精神文明建设为目标的德育功能推动了社会的和谐稳定发展。对于当下的社区舞蹈而言，目前来说还尚未形成较为完善的体系，或许存在着许多问题，比如：第一，社区舞蹈队伍遍地开花，社区舞蹈作品琳琅满目，各项赛事展演活动不断，然而与之相对的却是原创作品单一、模仿率高、缺少地域文化特色以及多渠道、高品质展示平台的不足。第二，表演队伍对“专业”化的追求与缺

少专业师资训练指导之间的矛盾也日渐凸显。如何调动广大舞蹈艺术工作者与社区建立伙伴关系，积极打造可复制、可推广的社区舞蹈惠民项目，是我们下一步需要着重探讨的问题。在未来的发展过程中，相信随着国家政策的支持和引导、各文艺工作单位的组织和推广，社区舞蹈将会在新时代跳起中国的舞步、人民的舞步，逐步建立起服务于中国人民、具有中国特色的完善成熟体系。

REFERENCES

- [1] Sun, J.H. (2018) The essence and characteristics of square dance and community dance. *Journal of Northeast Normal University*, 03:138-142.
- [2] Mou, D.H. (2010) Research status and trend of square fitness dance. *Kejifeng*, 24:86+88.
- [3] Carley, J. (2016) *Community dance instruction manual*. Shanghai Music Publishing House, Shanghai.
- [4] Lv, Y.S. (1994) *Dance dictionary*. China drama Publishing House, Beijing.
- [5] Schiele, E. (1984) *On the Aesthetic Education of Man*. China Federation of Arts Press, Beijing.