

# 基于广场舞的全民健身群众文化活动思考

沈 玥

(广西群众艺术馆 广西 南宁 530023)

**【摘要】**我国走进一个全新的经济与科技发展阶段,人们物质需求得到满足对思想精神、文化娱乐的重视程度逐渐增强。广场舞是群众音乐文化的基本构成部分,需要探索为群众服务基本作用,提升群众对这种文化的接受能力,实现对群众的思想精神指导。广场舞不仅能够大大改善中老年人的身体素质,也能够提升中老年人的精神风貌,丰富群众的业余生活,促进和谐社会的建设,因此其在群众文化活动中地位与作用非常关键。

**【关键词】**广场舞;全民健身;群众文化;措施

## 1 引言

随着社会的发展,大众的文化生活也变得丰富起来,全国各地的群众文化活动可以说进行的如火如荼(表1)。群众文化是中华文化的一个重要组成部分,在物质生活水平不断提高的今天,群众对文化生活的需求也与日俱增。因此,我们要通过多渠道开展群众性文化活动,丰富人民群众的精神生活,提高群众的文化素质和生活质量。

表1 群文运动地点调查  
2016年中国20-70岁以上人群运动地点调查

锻炼场所	20-29岁	30-39岁	40-49岁	50-59岁	60-69岁	70岁以上
公共体育场馆	31.0	20.1	14.0	13.1	10.2	8.9
健身路径	11.1	14.6	16.5	17.0	18.3	19.2
单位或社区的体育场所	12.4	13.5	12.0	10.8	10.6	9.4
健身会所	7.8	4.9	2.4	0.9	0.8	0.4
自家庭院或室内	11.7	13.7	13.6	11.2	13.3	14.0
广场、场院的空地	11.1	13.9	16.0	19.4	16.8	14.9
住宅区的空地	6.5	8.0	9.6	10.7	11.6	13.2
公路、街道边的空地	4.7	6.7	8.3	9.0	9.4	12.0
公园内的空地	3.2	4.2	5.7	6.3	8.7	8.3
其他	2.6	2.7	2.8	2.4	2.0	1.8

注:来源于国家体育总局。

## 2 广场舞与全民健身群众文化活动的关系

广场舞是一种男女老少皆宜的舞种,任何参与到其中的人员不仅能够锻炼身体,还能够不断的丰富自身业余文化生活,让群众在主动积极参与的过程中提升自我人际交往能力,从而真正意义上提高人民群众幸福感,让社会成员之间有着更强的凝聚力。第一,广场舞能够强身健体。事实上,无论是学习广场舞还是随着音乐跳动该舞种,都可以起到强身健体的作用,不仅有利于提高舞蹈练习者的身体素质,还有利于其身形与身姿的优化,达到健康塑性的效果。第二,基于广场舞的全民健身群众文化活动,能够确保社会群众在日常练习过程中进行自我情绪的调节,让身体肌肉和血管得到有效的舒张,从而最大程度地促进人体血液循环,将所积累的压力进行全面释放。其次,当前,人们的生活节奏不断加快,且要承受来自家庭、工作、朋友甚至是社会的压力。广场舞是一种娱乐休闲的舞蹈,在或节奏欢快、或舒缓轻柔的音乐的带动下,可以让人,有意识的律动身体,在舞蹈中释放自我压力,平和自我心境。第三,随着人口老龄化的不断增长,我国老年人口数量呈直线状增长,很大程度上减缓了社会的发展,增大了年轻一辈的负担,而老年群体的身体健康成为社会大众及国家的关注重点。对于老年群体来说,自身机能有所下降,无法进行高强度的体育锻炼,而广场舞对于老年群体来说,无疑不是一项合适的健身活动,在增强老年人身体素质的同时,强化老年群体的记忆力。再者,老年人积极参与到各项群体活动中,还可以增强邻里间关系,推动和谐社会的发展。

## 3 全民健身群众文化活动的局限性

### 3.1 群众文化活动场所及设施较为老旧和缺乏

进入21世纪以来,随着人口老龄化的加速,越来越多老年群众加入群众文化活动中来,这给社会中群众文化活动和设施带来了前所未有的压力。而且在笔者走访的过程中还发现,在不同地区,甚至不同街道社区之间,由于经济发展的不平衡,还出现了文化场所及设施配备数量和质量参差不齐,有些地区场所和设施配备流于形式,利用率不高,并没有从立足于民的角度考虑,而是从完成匹配任务勉强设置。即便在一些资金充足的地区或社区,群众文化活动和设施的投入也不高,且场地和设施老化严重,从现有的情况来看,这些场地和设施也远远不能满足当地的群众文化活动需求。对于那些资金相对缺乏的地区和社区来说,场地和设施问题更是难上加难,别说满足群众文化需要,连最基础的活动都还不能满足。这些问题在各个地区都还是普遍存在的。

### 3.2 各方面扶持力度还有待加强

首先我们应该加大文化活动专项资金的投入。除了政府部门需要加大财政方面的拨款以外,还应该拓宽资金投入渠道,大力发展社会力量,拓展资金来源,丰富公益资金渠道,与企事业单位、民营企业、工商个体建立联系,沟通有效合作,从而获得多途径的赞助形式。其次应该不断完善群众文化活动的组织建设。一个地区的群众文化活动的开展如何,很重要的一方面要看这个地区的文化组织建设是否完善,这是高效有序组织活动的前提和基础。组织决策的科学性是在长期的时间积累下形成的,越早形成的组织建设,就越有丰富的经验,群众文化活动的开展也就越顺利。

## 4 基于广场舞的全民健身群众文化活动

### 4.1 提供教学指导,提升广场舞覆盖面

目前来看,国内各大城市所开展的全民健身群众文化活动类型较多,其中,广场舞的追捧人群面积较大,再加上政府相关部门的大力提倡,促使该活动逐渐成为社会大众追捧的热门文化活动之一。但是,在实际建设过程中,许多偏远山区的群众并没有为他们提供一个平台参与到广场舞练习过程中。因此,针对该现象,为进一步有效地提升广场舞全国覆盖率,确保该项全民健身群众文化活动能够最大程度地扩大活跃范围,需要加强偏远山区广场舞推广。首先,政府有关部门要意识到加强偏远山区广场舞推广和宣传的重要性,并为其提供充足的人力、物力支持,例如:开展各项文化下乡活动、组织广场舞乡村社团等等,让更多的农民能够在繁重的劳作后能够全身心地感到愉悦。

### 4.2 建立文化队伍,拓展活动场所以

随着改革开放的不断深入和广大群众生活水平的快速提高,群众对各种文化活动的参与度也日趋增加,各种群众文化活动由小到大、由分散到集中。为了更好地开展群众文化活动,迫切需要一支适应新时期的群众文化骨干力量。建立群众文化艺术人才库,全面掌握他们的基本情况。充分利用时间对各区、各单位的文艺表演、书法绘画和体育等方面的人才情况进行摸底,分类建档,形成丰富多彩的文化网络。完善文体设施。上级领导十分重视群众文体设施的建设,不断完善文化场所。如今城市广场舞活动存在着诸多安全隐患,跳舞者的人身健康与财产安全受到影响。政府相关部门应把握广场舞发展方向,加强广场舞场地安全管理,对人流车流流量较大、存在不安全因素的场地要禁止开展广场舞活动。同时还可以在广场舞场地设置储物柜,方便跳舞者存放物品,切实保障群众财产安全。另外,应加强广场舞安全教育培训,提升安全意识,健全应急突发处理机制,增设安全管理人员,消除广场舞活动场地安全隐患,要通过多种措施和方法,不断改善群众文化环境,促进城市公共文化建设健康持久发展。

### 4.3 对广场舞团体进行有序的引导和一定的约束

虽然广场舞是一种群众文化实践活动,以群众为主要的参与主体,但是在这一过程中还涉及了舞蹈创编、活动管理等专业性强的工作内容。针对这样的专业性工作,必须要有专业性人才作为必要的支持和保障,这是提高广场舞建设水平的重要措施,也是助推城市文化繁荣进步的必然选择。所以要加强对专业人才的培养力度,由专业健身指导人员为广大群众普及专业性强的知识,对广场舞活动的开展进行指导;由专门的舞蹈创编人才,对广场舞动作等进行有效编排,对音乐作品进行合理选择,进一步丰富群众的精神文化生活,提升其文化素质发展层次;由专门管理人员负责对广场舞活动进行组织管理和协调,确保群众文化活动的实施质量。

广场舞是我国本土的原创舞蹈,具备群体参与性的鲜明特征,现如今其丰富程度已然超过了审美文化范围,给群众的文化生活带来了诸多全新面貌,促进了群众文化的繁荣与发展。广场舞和群众文化存在着非常密切的关联,是发展群众文化的一个重要内容。在当前特别注重人们精神文化生活的背景下,提高对广场舞发展的重视程度,体现其在建设群众文化中的作用显得尤为重要。另外,要保证广场舞的正确发展方向和发展质量,还需要加强指导,合理选择发展策略,有效凸显广场舞的文化功能。

### 4.4 广场舞与现代音乐紧密结合

我国在现代化的产业发展阶段,音乐类型以及传播渠道也是多样化的,网络歌曲、流行音乐对人们的日常生活有着重要影响意义,当群众能够积极参与到文化活动传播之中,民族音乐、流行音乐的整合应用,能够给人们带来较大的冲击。群众参与广场舞之中,不仅仅能够将老年群体稳住,还能吸引年轻群体参与到其中,最终会成为音乐文化活动的潮流。在快节奏的城市生活之中,广场舞中舞蹈步伐应用,会将舞步、肢体动作、强节奏等理念紧密结合起来,探索当今的广场舞活动的基本潮流,通过群众采纳与文化活动之中,新时代群众音乐文化活动建设群众基础强盛,能够拥有良好的发展基础条件。

## 结束语

综上所述,群众文化活动的开展是提升大众审美水平的重要手段,好的群众文化活动不仅体现该地区的精神文明建设成果,广场舞能够辅助群众进行文化建设,提升群众品味,促进社会的和谐发展。为此,我们应该积极探索如何更好地组织和引导广场舞,使广场舞更加和谐、有序地发展。

## 参考文献

- [1] 陈健. 试论高水准群众文化音乐展示平台的构建[J]. 当代音乐, 2018, (11): 144-145.
- [2] 朱丽玲. 对广场舞全民健身群众文化活动的思考[J]. 东方企业文化, 2015 (03): 266.