

《许昌市文明行为促进条例》发布之后,广场舞爱好者表达真实心声

文明的姿态,是最赏心悦目的姿态

核心提示

广场舞作为一项简单易学的健身项目,深受广大中老年人喜爱。跳舞健身无可厚非,然而中老年人多随性而跳、闻乐起舞,场地的选择、时间的安排、音量的大小,多处于自由散漫的状态。有人甚至把音响开得震天响,影响他人工作、学习和生活。广场舞扰民成为各地噪声举报的主要问题。

近日,我市颁布的《许昌市文明行为促进条例》(以下简称《文明条例》)规定,在公共场所跳广场舞,应该严格控制音量,晚上9时以后禁止出现有噪声的活动。广场舞爱好者对《文明条例》的颁布有怎样的看法?12月6日,记者带着这个问题进行了深入采访。

□ 记者 张汉杰 文/图



12月6日,市民在市区八龙游园跳广场舞。

《文明条例》颁布,跳广场舞更加规范

12月6日早上,在帝豪游园的喷泉处,一支三四十个人的队伍正跟随音乐做健身操。队员们的动作整齐划一,抬手、转身、踢腿、昂头,接着扭臀、送胯,手上的动作和跳跃的动作多了起来。

这群广场舞爱好者是帝豪游园梦之队队员。他们做的健身操融体操、音乐、舞蹈于一体。“这套健身操分为12节,每节有5个动作,全套一共有60个动作,全部做完大概需要1小时。”该队队长陈玉霞说,他们有队员100多名,男女都有,年龄为40岁到80岁。“这套健身操难度适中,既能锻炼身体,又不会让人感到太累。”

提起帝豪游园梦之队,陈玉霞特别自豪:“我们队的队员很多,大家为了锻炼身体走到一起,平日相处得特别好,就像家人一样。”她说,夏天,做完健身操,大家累得满头是

汗,有的队员给大家买西瓜、矿泉水。“冬天下雪的时候,我们也出来锻炼。健身场地有积雪,队员们不计较得失,谁来得早都会赶紧清扫积雪,以便大家锻炼身体。”

“《文明条例》让我市的广场舞变得更加规范。作为许昌市民,我们应该以实际行动为这座全国文明城市增光添彩。”陈玉霞说,得知我市颁布《文明条例》之后,她“第一时间”将这个消息分享到微信朋友圈,提醒大家文明健身。

此外,陈玉霞还时常带领队员们积极参加公益活动。“我加入了爱心公益组织。爱心公益组织到养老院、困难家庭慰问时,我会告诉队员们,他们积极响应。”陈玉霞说,“我们退休了,平时空闲时间比较多,除了锻炼身体外,也希望发挥余热,为社会多作贡献。”

动作。10年前我们队有十几个人,现在有一二百人。所有队员都是自发加入的。大家每天在一起做操、聊天儿,美得很!”

10年前,安喜兰退休后下决心学点儿东西。一直喜欢跳舞的安喜兰有一定的舞蹈基础。一个偶然的机会,她发现有氧健身操不错,不但简单易学,而且能锻炼身体的协调能力。

说学就学,安喜兰买了个音响,在网上学了一套有氧健身操,每天

早上在小区门口做。就这样,队员越来越多。有的队员提议:“咱们离帝豪游园这么近,不如去帝豪游园。”大家一拍即合。帝豪晨操队到帝豪游园后,队员越来越多。安喜兰专门挑选出8个领队,站在队伍的前面带领大家做操。

“跳广场舞是跳舞者的自由,但前提是不能影响别人的生活。”安喜兰说,《文明条例》颁布之后,她呼吁队员们减小音响的音量,文明跳舞,愉快健身,彼此多一些理解,多一些尊重,让周边的市民都享受健康文明的环境。

悦己悦人方能跳出最美舞姿

当日上午,在市区文峰游园北侧的空地上,一队舞者手持彩球,在音乐《过年了》的伴奏下翩翩起舞。随着音乐的变化,队员们的步子和队形发生变化。大家迈着轻盈的脚步,一会儿站成一排,一会儿变成三角形。整齐划一的动作,加上大家幸福的笑脸,引得不少路人驻足观看。

“再有不到一个月就是元旦,这是我们专门准备的节目。姐妹们练了一段时间,效果不错。”文峰游园舞蹈队队长段桂梅介绍,除了《过年了》这支舞蹈以外,舞蹈队还在排练扇子舞《难忘今宵》。“每逢节假日,舞蹈队演出的机会较多,我们总是提前准备好节目。如果节目的效果好,我们会报名参加许昌春晚。”

“时间过得真快,自2017年9月建队至今已经3年多。”段桂梅说,刚建队时只有几个人,如今已经发展

到20多人。队员的年龄为61岁到67岁,入队前没有舞蹈基础。“我记得,2017年年底,我们鼓起勇气第一次登台参加广场舞比赛,姐妹们一个个高兴得像孩子。”

“姐妹们都说,一辈子没上过舞台,没想到老了竟然上了舞台。从此,姐妹们一发不可收拾,爱上了舞蹈。”段桂梅说,有了登台经验,3年间,文峰游园舞蹈队参加过省里、市里举办的多项活动,获得了不错的成绩,社区、养老院都有她们的身影。

“为了避免给居民的生活、工作带来影响,我们一般每天上午9时之后才开始跳舞。”段桂梅说,她和队员们将积极践行《文明条例》的有关规定。“将心比心,换位思考,文明起舞。悦己悦人,利己不扰他,方能跳出最美舞姿。大家和睦相处,才可能合奏出最美的旋律。”

文明起舞才能共享文明健康

帝豪晨操队的规模与帝豪游园梦之队相当,其成员以中老年人为主。

“天气越来越冷,晨练的人比往常少了不少。”今年60多岁的安喜兰是帝豪晨操队队长。她留着一头短发,炯炯有神的眼睛放着光芒,标准的瓜子脸上始终带着微笑。跟她交谈,队员们感觉既温暖又舒服。

“帝豪晨操队成立差不多10年了,以做健身操为主。”安喜兰说,“健身操老少皆宜,融入了很多舞蹈

