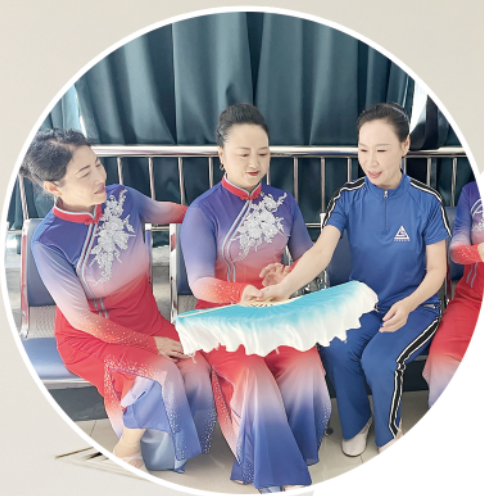


►朱永君(右一)和队员讨论舞蹈道具如何使用。



昌邑市舞蹈协会副会长朱永君 公益路上 轻摇绸扇舞出风采

在昌邑市,有这样一位舞者,她用灵动的舞姿、炽热的爱心,为中老年群体点亮了幸福生活的明灯,她就是昌邑市文化馆公益舞蹈培训班教师、昌邑市舞蹈协会副会长朱永君。从自学舞蹈到成为国家社会体育指导员,从广场舞爱好者到舞蹈教师,十多年来,她将大部分时间和精力投入到昌邑公益舞蹈的培训、组织和推广中,带领着一支没有单位挂靠、没有资金支持的公益舞蹈队伍屡屡在各大比赛中展示风采。近日,记者采访到朱永君,听她讲述与舞蹈结缘的那些事。

□文/图 本报记者 马宇琪

让舞蹈成为市民健身的一种方式

日前,记者在昌邑市文化馆见到朱永君时,她正在固定排舞室指导学员练习舞蹈动作,为2025全国职工健康运动展演大赛做准备。一身运动装、长发盘在脑后,朱永君全身上下活力满满,让人丝毫看不出她已年过五十。

今年57岁的朱永君与舞蹈结缘于2011年。那时,孩子考入大学,她的生活变得轻松了不少。有一天,她无意间在手机上看到一些舞蹈教学视频,被优美的舞姿和动感的节奏吸引,开始自学。跟着视频学习一段时间后,她专门购买了音响和设备,到昌邑市文化广场上练习。

日复一日的练习,她的舞姿逐渐吸引了周围市民

的注意。越来越多的人加入她的行列,从最初的几个人发展到上百人,形成一支庞大的广场舞队伍。“大家觉得我跳得好看,就跟着学。后来人多了,我就想着怎么带大家跳得更好。”朱永君笑着说。

随着广场舞队伍不断壮大,加之朱永君公益教学,她的“名气”越来越大,为大家带去健身快乐的那份努力与坚持被越来越多的人看到。2013年,朱永君获得“三级社会体育指导员”称号。春去秋来十二载,她已从“三级”晋为“一级”。“公益教学是一件让人快乐的事情。”朱永君说,“看到大家因为舞蹈变得健康、开朗,我觉得一切付出都值得。有了称号之后,我感觉自己肩上的担子更重了,必须再做点什么。”

舞出风采,致力于用舞蹈宣传家乡

2015年,朱永君了解到广场舞是展示城市精神风貌的一种方式,便组建起一支舞蹈队,取名为“舞之缘”,队员均为中老年舞蹈爱好者。这支队伍开始代表昌邑市参加各地的演出和比赛,让更多人感受到昌邑的城市活力。

昌邑市文化馆为该团队提供免费的训练场地,这使得朱永君可以更系统地学习舞蹈技艺。她的舞蹈领域从广场舞逐渐扩展到民族舞、中国舞、秧歌等多种类型。“舞蹈没有界限,只要热爱,什么都可以尝试。”

朱永君说。她经常前往省内各市参加舞蹈培训,将学到的新颖元素融入自己的教学中。

2019年,朱永君退休后,受邀到昌邑市文化馆任教,担任公益舞蹈培训教师。

在这一年,她开始尝试编舞,将馆内原创歌曲改编成舞蹈,用于宣传昌邑山阳梨花节。这段舞蹈以梨花为主题,动作优美、意境深远,深受观众喜爱。此外,她还参

与了《丝路响舞》的舞蹈演出,该舞蹈以昌邑丝绸元素为灵感,展现昌邑作为古代丝绸之路重要节点的文化底蕴。“用舞蹈讲述昌邑故事,是一件非常有意义的事情。”朱永君说。

在朱永君的舞蹈班上,许多学员表示,舞蹈不仅让她们身体更健康,还让她们生活更加充实和快乐。“朱老师特别有耐心,她教的舞蹈简单易学,而且很有美感。”一名年近六旬的学员说,“以前总觉得退休后没事做,现在每天跳跳舞,感觉整个人都年轻了。”“朱老师不仅教我们跳舞,还经常组织我们参加演出和比赛,让我们有了更多期待,生活变得更加精彩。”另外一名学员补充道。

岁月更迭,朱永君对舞蹈的热情丝毫未减。她希望今后能有更多市民,尤其是老年人,喜欢上舞蹈。“舞蹈不仅是一种锻炼方式,更是一种生活态度。”她说,“我希望通过自己的努力,让更多人感受到舞蹈的快乐。”此外,她还希望创作更多具有昌邑文化特色的舞蹈作品,让舞蹈成为宣传昌邑的一张名片,“昌邑有深厚的文化底蕴,我会继续用舞蹈的形式把这些文化传承下去”。

朱永君带领队员练习舞蹈。



潍坊晚报 公益广告

崇俭尚德倡文明
移风易俗树新风