

金海滩社区舞蹈老师吴淑兰:

为教跳舞,她关了心爱的小店

本报记者 侯书楠 实习生 邵金宏

◎练跳舞,擦汗的毛巾能拧出水

从小学时就跳舞,交谊舞、拉丁舞都很拿手;带领大家跳广场舞,为了专心教大家跳舞,生意不做了关了店铺,一心扑在健身。她叫吴淑兰,是威海市高区怡园街道办金海滩社区的舞蹈老师,也是国家一级社会体育指导员。对于她来说,带领大家健身已经是一份挑起来就再卸不下来的责任,为此她付出了很多。

夏天天气本来就炎热,即使不运动也很容易出汗,对于吴淑兰来说,汗流浹背是“家常便饭”。作为金海滩社区的领舞老师,吴淑兰自己要先排好舞蹈,然后再教给大家,大夏天在屋里排舞蹈,即使开着空调她也经常满头大汗,每次晚上教大家跳完舞回去,她的后背经常是湿的,“擦汗的毛巾都能拧出水来”。

由于天气炎热,每次学完一支舞蹈,吴淑兰都感觉快要虚脱了。学完以后,她还要一个节拍一个节拍教给大家,“我们经常是一

步一步喊着大家做,本来运动已经很累,还要大声喊节拍,特别累。冬天也不例外,照样学舞蹈,然后教给大家。”对于吴淑兰来说,一年四季都会流汗。

教大家跳舞之前,吴淑兰要先编排好舞蹈,每编完一个舞蹈,对于她来说都是很大的努力。编排舞蹈的时候,她总要先听听音乐,抓住音乐的旋律,然后按节拍编排。教的时候,哪个节拍的动作容易,哪个节拍比较难一点,她心里有数,动作难度比较大的部分,往往要教好几遍。“广场舞比

不得其他舞蹈,不是做动作就可以了,动作必须要做到位。”吴淑兰说,“如果我们做不到位,后面的人就更学不会了。”

从2008年开始教大家跳舞以来,吴淑兰在内的领舞老师已经教大家学了200多个舞蹈。“我们是一周教大家一支舞蹈,如果时间长了没教大家的话,她们都会很着急。”吴淑兰告诉记者,对于包括金海滩社区居民来说,跳舞已经成了她们生活中必不可少的一部分,“大家辛苦了一整天,就希望晚上这能跳跳舞,放松放松。”

居民身体素质得到改善

努力总是会有回报。在吴淑兰的带领下,越来越多的人加入到了跳舞的队伍当中,很多居民身体素质得到明显改善,颈椎、腰椎、肩膀等经常疼痛的地方现在已经不疼了,社区居民的精神面貌也好了很多,只要音乐一响,大家跳起广场舞来,很多烦恼的事情就忘了。“跳舞不仅健身,还能塑形呢,很多妇女以前身材很臃肿,现在都有棱有角的”,吴淑兰笑着说。

责任这两个字很重,为了这两个字,吴淑兰付出了很多努力。作为社区的社会指导员,她的工作不仅仅是教大家跳广场舞,街坊之间有矛盾了,她也会去调和调和。“能帮大家的我都会尽力去做,社会体育指导员本身就是一种奉献。”谈起这几年来来的辛苦,吴淑兰很坦然,她认为万事都有不容易的地方,总得有人付出,“为大家的生活服务,必须得有一颗奉献的心,否则就干不下去。”

◎教跳舞,跑到学员家里去“开小灶”

学习广场舞的居民水平参差不齐,有的人领悟能力强,学得很快,有的人就学得很慢,需要单独去教。吴淑兰介绍说,不少居民个别动作不会,也不好意思当面请教,就请吴淑兰到家里去教他们,吴淑兰总是欣然前往,“大家请我去教他们,也是对我的一种信任”,有些学员个别动作不会,吴淑兰就让他们跳广场

舞的时候早一点到,单独教他们。

吴淑兰说,每次教会了大家一支新舞蹈,她都十分高兴。由于其他舞蹈老师要上班,早上主要是她一个人教大家跳广场舞。“虽然很累,看着大家都学得很认真,我心里就很满足。”对于她来说,自己辛苦点没什么,只要大家都学会了她就很欣慰。

每天早上五点钟,吴淑兰就起床开始为跳广场舞做准备,摆放音响,组织人员……此外,平时她也要负责很多琐碎的事情,弄弄音响,哪的灯坏了要修一修,还会出去拉拉赞助等等。吴淑兰兴奋地说,之前她拉到了一个赞助,一个企业看她们的广场舞跳得很好,为他们资助了一套一万余元的专业音响。

◎坚持教舞,以前开的店也关门了

“教大家跳舞是我的责任,一旦开始了,就没办法停下来,否则对不起大家。”吴淑兰说。刚开始吴淑兰只是带着大家锻炼,一起玩一玩,运动运动,后来队伍越来越壮大,这是她没有想到的,甚至很多男同志也加入到了跳广场舞的队伍当中,“个别的还专门请我每天给他纠正一两

个动作”,一天两个半小时的运动量让她总是精疲力尽,“真的很累”,但是她从来没有想过要停下来。

为了专心教大家跳舞,吴淑兰的生意也不做了,把以前开的店关了。除此之外,因为早上很早就起来准备相关的工作,晚上早早就来来到广场上,来得最早,

离开得最晚,忙碌的生活让她经常没有时间做饭。“作为老婆,经常让老公吃不上饭,感觉挺不好的,幸亏我老公支持我。”提起这件事,吴淑兰很感谢老公的支持,但总觉得没有对家庭尽到应有的责任,很过意不去,“不过话又说回来,我有这个能力,就为大家服务一点。”



本报曾报道过金海滩社区和社区舞蹈老师吴淑兰。

文登天福街道办事处娱乐中健身

自编自导,居民舞得有模有样

本报记者 侯书楠 实习生 吴修直

建立4个体育协会、组织健身活动、广泛宣传健身知识、投资公共体育设施、组织特色比赛……文登市天福街道办事处围绕村民和社区居民的运动与健身,做了一系列的工作。如今运动健身的号召力越来越强,居民参与积极性越来越高。

居民自发组织健身活动

据天福街道办事处宣传委员孙韶华介绍,每个社区都有舞蹈队,已经普及得非常广。现在居民跳舞已经不用统一管理,各个舞蹈队都很规范,只需要居委会跟公园管理处联系好地方,居民就可以拿着自家的录音机,到公园跳舞。

同样,太极拳协会每周活动一次,也是自行组织。“协会提供场地、学习资料,以学习、健身为主”,孙韶华介绍说。而京剧协会一个周集中两次活动,并时常邀请其他乡镇京剧爱好者进行交流。

钓鱼协会如今已经开始市场化运作,协会每年都会组织钓鱼比赛,组织钓鱼爱好者报名参加,只需要交20-30元的报名费即可参加。协会同时会找赞助单位收取一定的赞助费。

居委会全力支持居民健身

居民自发的运动健身活动开展得井井有条,天福街道办事处及各村委会、居委会也将重心放在了支持、引导、协调居民健身运动上。

孙韶华透露,7月29日湖南怀化京剧协会副会长夫妇二人来到天福街道办事处京剧协会进行交流;而之前天津京剧院王艳老师也曾来天福街道办事处进行



居民们自编自导的舞蹈十分潇洒。(街道办供图)

指导。对于这样的交流活动,天福街道办事处十分支持鼓励。

此外,天福街道办事处和居委会还共同解决了一些居民运动健身过程中的一些难题。新城社区有一批舞蹈爱好者跳舞的地方越来越不够用。新城居委会经过跟公园管理处协商之后,最终在文登学广场划定了一块区域。西渠格的居民比较喜欢跳舞,居委会便联系了电业艺术团的老师去给社区居民教习舞蹈。

下一步将推广游离球

据孙韶华介绍,为了鼓励居民积极健身,办事处也时常组织

演出,组织专业老师进行指导,举办乒乓球赛等小型比赛。天福街道办事处也获得“威海市全民健身十佳单位”、“第七批山东省城市体育先进社区”等称号。

虽然获得了很多荣誉,但是天福街道办事处还想在游离球这一运动的推广上下更多功夫。据介绍,目前天福街道办事处的运动会等大型体育活动比较少,主要原因是时常运动健身的多是年龄偏大的老人,不适合组织一些较大型的体育比赛。“但是游离球比较好,它把球的运动和太极拳的一些动作结合起来,能够带动全身活动,比较适合老年人,下一步重点把这个推广一下。”孙韶华说。

公告

殷瑾瑜:

我公司于2009年3月6日与你签订了一份顶账协议,殷瑾瑜应于2010年3月6日前付清我公司滨海明珠4号楼804室房款443160元,至今未付。为此请殷瑾瑜于2012年8月10日前到我公司支付房款,逾期不付,我公司与殷瑾瑜签订的顶账协议自动解除。

威海市威龙建筑安装有限公司

威海信诚寄卖有限公司(注册号371000200004896)拟向公司登记机关申请注销登记,清算组已成立,请债权人于登报之日起45日内向本公司清算组申报债权。

威海喜多广告有限公司经研究决定,拟向公司登记机关申请注销登记,请债权人于登报之日起45日内向本公司申报债权。

威海金诺模塑有限公司经研究决定,拟向公司登记机关申请注销登记,请债权人于登报之日起45日内向本公司申报债权。

威海市君殊贸易有限公司经研究决定,拟向公司登记机关申请注销登记,请债权人于登报之日起45日内向本公司申报债权。

威海东润节能科技评估咨询有限公司经研究决定,拟向公司登记机关申请注销登记,请债权人于登报之日起45日内向本公司申报债权。

威海市圣爵士网络科技有限公司七十五部,营业执照正本丢失,声明作废。

威海喜曼多钓具有限公司税务登记证正本,号码:371002672238927丢失,挂失声明。

2012年7月31日