

# 关于促进广场舞健康有序发展的几点建议

邹克江

资阳市雁江区祥符镇便民服务中心，资阳市雁江区，641305；

**摘要：**广场舞作为社会发展的产物，不仅是一种文化现象，更成为了一种备受瞩目的社会现象。它犹如一面镜子，一方面清晰地反映着城乡社区的完善程度，另一方面生动地体现了社会主义制度下人们的生活满意度，是精神文明建设进程中一个至关重要的指标和象征。广场舞凭借其动作简单易学、场地要求宽松、费用低廉等诸多因素，精准地迎合了广大群众在生理和心理方面的双重需求，从而成为人们在工作之余、茶余饭后最为青睐的群众活动之一。本文通过深入且细致地对广场舞开展情况进行全面研究，深入剖析其发展过程中存在的各类问题，并针对性地提出了一系列切实可行的解决建议。

**关键词：**群众文化；广场舞；认知分析；引导策略

**DOI：**10.69979/3041-0673.25.09.097

## 引言

随着广场舞的迅速普及和发展，一系列问题也逐渐浮现出来，如参与群体单一、活动场地有限、扰民现象严重以及缺乏专业培训等。这些问题如果得不到及时有效的解决，将会制约广场舞的进一步发展，甚至可能引发社会矛盾。因此，深入研究广场舞的发展现状，提出针对性的引导策略，对于促进广场舞健康有序发展具有重要的现实意义。

## 1 广场舞的定义与内涵

### 1.1 群众文化的定义与广场舞的关联

群众文化，是指以人民群众为主体、文化活动为客体，在职业之外通过自娱自教的主导方式，将文化娱乐活动作为满足自身精神需求的一种社会现象。它是人民群众在长期的生产生活实践中创造和积累起来的，具有广泛的群众基础和鲜明的时代特色。广场舞作为群众文化中的一种较为普遍的表现形式，深刻地体现了群众文化的本质特征。它以广场等公共空间为舞台，以舞蹈为载体，让广大群众在参与过程中实现自我娱乐、自我教育和自我提升。广场舞不仅是一种艺术表现形式，更是群众文化传播和交流的重要平台，通过舞蹈这一独特的语言，传递着人们的情感、价值观和生活态度。

### 1.2 广场舞的具体范畴与历史渊源

人们习惯将广场健身操、广场舞蹈、广场健身舞蹈、广场集体舞蹈、广场民间舞蹈等统称为广场舞。广场舞来源于我国劳动人民千百年的生产实践，是中国民间艺术的瑰宝。在漫长的历史长河中，劳动人民在田间地头、

节庆活动中，通过模仿自然、表达情感，逐渐形成了各种具有地方特色的舞蹈形式。这些舞蹈形式经过岁月的沉淀和传承，不断演变和发展，最终汇聚成了如今丰富多彩的广场舞。从古老的祭祀舞蹈到欢快的民俗舞蹈，再到现代融合了多种元素的广场舞，它承载着中华民族的文化记忆和精神内涵，需要我们对其加以有效的保护与传承。

## 2 群众对广场舞的认知分析

### 2.1 群众对广场舞选择的认知差异

在广场舞的活动圈子里，活动主体主要是中老年人，年轻群体比较少见。这一现象背后，不同群体在欣赏水平和艺术造诣的认知方面存在着极大的差异。多数年轻人深受现代文化的影响，对艺术有着较高的追求和独特的审美标准。他们认为广场舞的动作相对简单、节奏较为单一，与他们心目中“高雅艺术”所具备的精致、复杂、富有内涵等特点脱节，不符合他们对“高雅”的认知和追求。在他们眼中，高雅艺术可能更多地体现在芭蕾舞、交响乐、歌剧等形式中，这些艺术形式具有深厚的文化底蕴和精湛的技艺要求。因此，年轻群体对于参与广场舞活动通常都是持排斥的态度。而中老年人因其身体状况、艺术修养与年轻群体不同，使得广场舞成为他们可以选择的最容易接触、最适合的消费文化类型。随着年龄的增长，中老年人的身体机能逐渐下降，他们需要一种既能锻炼身体又不会过于剧烈的运动方式。广场舞的动作幅度适中，节奏相对较慢，正好满足了他们的需求。同时，中老年人在长期的生活中积累了丰富的人生阅历，他们更注重生活的实际体验和情感的交流。

广场舞为他们提供了一个社交的平台，让他们在舞蹈中结识志同道合的朋友，分享生活的喜怒哀乐。此外，广场舞的参与成本较低，不需要昂贵的设备和专业的培训，这也使得中老年人能够轻松地参与其中。

## 2.2 群众对广场舞作用的认知

目前，多数中老年群体因为退休和子女不在身边等原因，长期闲赋在家。这种生活状态使得他们的孤独感倍增，心理负担加重。退休意味着他们从忙碌的工作状态中突然闲下来，社会角色的转变让他们一时难以适应，容易产生失落感和无用感。而子女不在身边，又使得他们在情感上缺乏寄托，缺乏与家人的交流和陪伴。同时，中老年群体的身体健康大都存在或多或少的问题，随着年龄的增长，各种慢性疾病逐渐找上门来，身体健康状况和医疗开支也成为了该群体长期重视的问题。广场舞的出现，为中老年人带来了诸多积极的影响。由于广场舞的音乐节奏都是属于较为欢快的类型，这种欢快的节奏能够激发人们的活力，让人心情愉悦。舞步动作将体育运动和健身动作都结合在了一起，舞者随着音乐的响起开始舞动身体，不仅可以达到健身、增强身体机能的效果，还可以在群体活动中满足休闲需求。在舞蹈过程中，身体各部位的关节得到活动，肌肉得到锻炼，血液循环加快，有助于提高身体的免疫力和抵抗力。同时，与一群志同道合的人一起跳舞，能够让他们感受到集体的温暖和快乐，使压抑的心情得到释放，起到调节心情的作用。在这种作用认知下，部分人抱着休闲、娱乐和健美的心理加入了广场舞，他们在舞蹈中找到了乐趣和自信，重新找回了生活的活力。另一部分人为了增进身体健康、减少医疗开支加入了广场舞，他们希望通过坚持跳舞来改善身体状况，降低患病的风险，从而减轻家庭的经济负担。随着越来越多的人加入广场舞，其群体和影响力度也在逐渐扩大。

## 3 广场舞发展中的不足

### 3.1 参与群体单一

广场舞虽然队伍日趋庞大，但是由于群众在思想认识方面的原因，使得广场舞在参与主体方面存在严重的单一性问题。无论是教练还是舞蹈队员基本上都是以中老年女性为主，男性参与者和年轻群体的所占比例都较小。从男性的角度来看，他们受到传统观念的影响，认为女人的身体协调性要比男人好，跳舞是女人所擅长的，男人不需要去凑热闹。这种观念使得许多男性对广场舞存在偏见，不愿意主动参与其中。而年轻人则认为广场舞

属于“下里巴人”，与他们所追求的更加高雅和有品味的“阳春白雪”艺术形式相差甚远。他们更倾向于参与一些时尚、潮流的文化活动，如音乐节、艺术展览、极限运动等，认为这些活动更能体现自己的个性和品味。这种参与群体的单一性不仅限制了广场舞的发展空间，也不利于广场舞文化的多元化传承和创新。

### 3.2 活动场地有限

广场舞的组织比较简单，只要有一个相对宽阔的场地，一个音质较好、声响较大的音响设备，以及一群志同道合的伙伴，就可以开始进行广场舞的教学和练习，对场地和器材的要求并不是特别高。然而，随着城市化进程的加快，城市土地资源日益紧张，适合广场舞活动的场地变得越来越有限。许多广场舞团队往往很难找到适合的场地进行广场舞的教学和练习，于是公路边、商业广场等相对宽敞的地方都遭到了广场舞团队的侵占。在公路边跳舞不仅存在安全隐患，容易引发交通事故，而且也会影响城市的交通秩序。在商业广场跳舞则可能会干扰商业活动的正常进行，影响消费者的购物体验。这些行为在一定程度上影响了城市形象，也引发了广场舞团队与其他市民之间的矛盾。

### 3.3 扰民现象严重

由于广场舞群体太大，团队组织较多，播放音乐音量过大，形成的噪声污染对场地周围的居民住户造成了极大的干扰，严重影响了周围居民的正常休息和生活。一些广场舞团队为了追求热闹的氛围，将音响音量开得很大，完全不顾及周围居民的感受。尤其是在居民区附近的广场或公园跳舞时，高分贝的音乐声会穿透窗户，打扰到居民的睡眠和学习。据有关案例显示，为了赶走广场舞队伍，有的居民竟然采取向广场舞大妈们泼水、用大功率音响干扰等方式来对抗。这些激烈的解决方式不仅没有从根本上解决问题，反而加深了社会矛盾，影响了社会和谐发展。广场舞扰民问题已经成为了一个亟待解决的社会热点问题，需要政府、社会和广场舞团队共同努力，寻求一个平衡的解决方案。

### 3.4 缺乏专业培训

多数的广场舞教练、指导员都是一些业余爱好者，或者兼职人员。有些曾经从事或学习过体育、舞蹈、健身等行业，但他们的舞蹈理论知识和专业水平不高。许多舞蹈动作都是通过从网络、电视的视频教程里照学而来的，缺乏系统性和专业性。在舞蹈编排方面，基本为

依葫芦画瓢，照搬照套，缺乏创新和个性。目前专业的广场舞培训机构寥寥无几，即使有，收费也太过昂贵，多数广场舞爱好者难以负担起这笔费用。因此，多数广场舞爱好者没有经过专业的培训，表演水平总体偏低。这不仅影响了广场舞的艺术表现力和观赏性，也不利于广场舞文化的长远发展。

## 4 广场舞发展的引导策略

### 4.1 加大基础设施投入

政府应当把群众文化广场建设纳入城市规划，将其作为一项重要的民生工程来抓。加强对城市文化活动中心、城市广场、文化公园等基础设施建设的投入，不仅要注重场地的规模和数量，还要注重场地的质量和功能。在场地规划方面，要充分考虑不同人群的需求，设置不同风格的舞蹈区域，如适合中老年人的传统舞蹈区、适合年轻人的时尚舞蹈区等。同时，要组织开展公共文化活动区域治安巡逻，确保舞者的人身安全和财产安全。规范车辆停放，避免车辆乱停乱放影响广场的正常使用。完善照明设备，保证在夜间跳舞时有充足的照明。治理环境卫生，营造一个整洁、舒适的健身环境。通过这些措施，为广大市民提供一个温馨舒适的健身环境，促进广场舞健康有序发展。

### 4.2 健全日常管理机制

针对广场舞噪音污染问题，政府应制定和出台相关政策制度，从源头上规范广场舞活动。明确规定活动时间、地点和音量，尽可能地减少广场舞给城市所带来的噪音污染，缓解广场舞群体和其他市民之间的矛盾。例如，可以规定将晨练时间定在早上7点过后，这个时间段大多数居民已经起床，不会受到太大的干扰。晚间活动时间则定在9:30之前最为适宜，既能保证舞者有足够的空间进行活动，又能避免影响居民的休息。对于距离社区居民点较近的广场舞团队，可以通过与组织者进行沟通，将广场舞团队引导至专门的广场舞活动场地。这些场地可以配备音量检测设备，限制音乐音量在一定分贝之下，一旦超过规定音量，设备会自动发出警报。同时，加强对广场舞团队的宣传教育，提高他们的环保意识和文明意识，让他们自觉遵守相关规定。

### 4.3 加强业务指导培训

可以建立起广场舞协会，充分发挥协会的组织和协调作用。将文化馆、艺术培训中心和舞蹈团体中的优秀教师团队组织起来，定期组建培训班对广场舞领队、代

表进行系统的培训和指导。培训内容可以包括舞蹈理论知识、舞蹈技巧、舞蹈编排、音乐选择等方面。通过以点带面的方式，推动广场舞队员的艺术表演水平整体提高。可以邀请专业的舞蹈家、编导进行授课，举办讲座和示范教学，让广场舞爱好者能够接触到更专业、更前沿的舞蹈知识和理念。同时，鼓励广场舞团队之间进行交流和学习，分享经验和心得，共同提高广场舞的水平。

### 4.4 打造群众文化品牌

文化馆、舞蹈协会等单位可以联合镇、村社区，组织开展以广场舞比赛为重点的群众文化活动。通过举办比赛，丰富基层群众文化生活，激发广场舞爱好者的参与热情。举办单位可以建立评比、推荐、表彰机制，制定科学合理的评选标准，从舞蹈技巧、表演水平、创意编排、团队精神等方面进行综合评价。通过海选、预赛、决赛等环节，评选出“最佳上镜奖”、“最佳编排奖”、“最佳精神风貌奖”等多个奖项，对表现优秀的团队和个人进行表彰和奖励。同时，推荐优秀广场舞团队参加更高层级的舞蹈比赛，为他们提供更广阔的展示平台。通过这些措施，吸引优秀广场舞团队和更多的群众参与，增加广场舞在城市、社区中的出镜率，提升广场舞的影响力，打造具有地方特色和广泛影响力的群众文化品牌。

## 5 结论

广场舞作为一种具有广泛群众基础的文化活动，在丰富人们的精神文化生活、促进社会和谐发展等方面发挥着重要作用。然而，在其发展过程中也存在着参与群体单一、活动场地有限、扰民现象严重以及缺乏专业培训等问题。为了促进广场舞健康有序发展，政府、社会和广场舞团队应共同努力，采取加大基础设施投入、健全日常管理机制、加强业务指导培训、打造群众文化品牌等引导策略。只有这样，才能让广场舞在传承和弘扬中华民族优秀传统文化的同时，更好地满足人民群众日益增长的精神文化需求，成为推动社会主义文化大发展大繁荣的一股重要力量。

## 参考文献

- [1] 宁文娜. 文化交融传统绽新[J]. 文化产业, 2025, (10): 31-33.
- [2] 江岚. 全民健身背景下大众健康管理与发展思路探究——评《全民健康推进中的大众体育健身需求与方法探索》[J/OL]. 管理现代化, 2025, (02): 209 [2025-04-27].