

宁波这支舞龙队火出圈！背后故事很励志

“

宁波鄞州区瞻岐镇方桥村,是一个文化底蕴深厚的地方。这里活跃着一支特别的舞龙队,由村里一群“90后”小伙组成。他们不玩游戏,不跳街舞,却迷上了舞龙。因为一个共同的梦想,他们一路走到现在。

就在去年12月的第13届全国舞龙舞狮锦标赛中,他们设计和编排的创意舞龙作品《双龙戏珠》荣获全国创意龙狮项目二等奖。那么,是什么让这群来自不同行业的年轻人走到一起的呢?

”

因同一个梦想走到一起

瞻岐镇,传统文化底蕴深厚。每年元宵节,都会上演跑马灯、九连灯等多种形式的表演。

2012年,虞中远担任方桥村党支部书记,他想挖掘村里的传统文化,组建一支有方桥村特色的舞龙队。舞龙是传统技艺,想要在全国各色舞龙节目中“出圈”很难。虞中远带着舞龙队不断学习,一次次挑战高难度动作,对服装和道具精益求精。

“我练过武术,从小就对舞龙舞狮感兴趣。”今年43岁的汪东波是土生土长的方桥村人,企业做得风生水起。虞中远邀请汪东波当舞龙队队长,他一口答应了。

周杰加入舞龙队时,还是个20岁出头的小伙子,是队伍里最年轻的一个。“当时队长给我看了一段舞龙的视频,一整套动作一气呵成,看得我眼花缭乱。没想到舞龙能这么玩,我就想来试一试。”

2013年,瞻岐镇方桥村舞龙队成立,起初有40多名成员,大部分是“90后”。他们当中,有人是上班族,有人是汽修工,还有人是泥工。虽然大家来自各行各业,但因同一个梦想走到了一起——要让方桥舞龙队走出宁



波,走向全国。

一个动作要练习百千次

“我们特别邀请国家级非遗龙舞(奉化布龙)传承人陈行国教我们基础动作,每周都在文化礼堂排练。既然是‘90后’舞龙队,我们就要增加一些现代化的元素。”有时候在网络上观看视频,汪东波还会自行琢磨,编排到舞龙动作中。

这些年,他们编排过很多经典节目——《龙腾盛世》《中华龙》《双龙戏珠》等,有的用于比赛,有的用于表演,逐渐从宁波走向全国舞台。碰上有演出或比赛,遍布在宁波各地工作的队员们都会在周五晚回到方桥村排练。舞龙是个体力活,每次排练起码两三个小时,夏天没练多久就浑身大汗,连大冬天都是额头冒汗。

张秋云今年32岁,是最早加入舞龙队的“90后”成员。“我180斤的体重,下盘稳,主要负责龙头位置。”张秋云说,“舞龙对体力和成员间的配合要求很高,他们要踩在我肩膀上,我要稳稳拽住他们的脚。”虽然舞龙是传统项目,但有很多高难度动作,需要反复练习。

春节期间,宁波气温较低,但他们却一个个穿着无袖演出服。搭桥、躺

肩挂腰、龙腾九霄、侧滚、龙跳、摇船、双龙戏珠……一个个高难度动作一气呵成,这背后是队员们日复一日的训练。很多时候,光一个动作就要练习成百上千次。

希望舞龙队能走出国门

这些年,随着演出和比赛频率的增多,年龄较大的队员明显有些力不从心。汪东波为舞龙队注入了很多年轻血液,在他的带领下,队员们开始“南征北战”。

这些年,这支舞龙队战绩不俗。去年,他们受邀参加了“唱支山歌给党听”大家唱群众歌咏联动活动暨“迎建党百年 享美好生活”浙江省民间音舞大型广场展演、杭州市庆祝建党100周年活动等。去年12月,在第13届全国舞龙舞狮锦标赛中,由他们设计编排的创意舞龙作品《双龙戏珠》荣获创意龙狮项目二等奖。

“全国舞龙舞狮锦标赛有来自全国的200多支代表队,3200名运动员线上参赛,让我们大开眼界。”汪东波说,代表家乡去参加全国比赛,大伙儿都觉得很兴奋。“希望有一天,我们这支舞龙队能走出国门,把舞龙文化一代代传承下去!”汪东波说。

(通讯员 澎湃)

余姚:线上体育舞蹈点燃运动热情

一起向未来,万众舞新春。新年伊始,余姚市健身运动体育舞蹈协会组织开展“迎冬奥新春线上健身体育舞蹈节”。截至目前,全市有82个团队1000多队员创编迎冬奥节目视频329件,经过线上示范、自媒体传播,带大家共舞新春迎冬奥。

该活动为期两个月,采用线下分散活动、线上集中展演的形式。节目内容丰富,有广场舞、健身操、体育舞蹈、健身旗袍秀等。活动推出后点燃全民健身热情。2月3日,家住四明山镇梨洲村的王桂芬,在线上展演平台上传《雪山曳步舞》。她说:“昨晚四明山下雪,今天我在家门口雪山上跳曳步舞,享受冰雪运动的乐趣。”协会广场舞教练施小丽,按照北京冬奥会主题歌曲《一起向未来》乐曲节奏,创作编排广场健身操舞《一起向未来》,在线上示范推广。

在参演人员的带动下,参与线上健身体育舞蹈节的区域不断扩大,南到山区四明山梨洲村,北到沿海小曹娥镇朗海村,西到黄家埠镇,东到三七市镇,实现山区、沿海、平原全覆盖。各地男女老幼参赛热情高涨,“夫妻结对”“母女同舞”“祖孙接力”等节目精彩纷呈,展现了姚江儿女“庆冬奥迎新春”的激情活力。

(通讯员 沈敖忠)



短消息

“奔跑吧·少年”开赛 39支娃娃足球队绿茵角逐

2月11日,2022年浙江省足球协会青少年足球邀请赛(宁波站)暨“奔跑吧·少年”市青少年足球冬令营精英赛在市全民健身指导中心笼式足球场开赛。参加本次比赛的39支队伍均为小学低年级的校园队伍,丙组和丁组两个年龄组展开较量,比赛将延续至2月14日。

1月26日,国家体育总局办公厅发布了《关于开展2022年“奔跑吧·少年”儿童青少年主题健身活动的通知》,要求各地以“奔跑吧·少年”为主题,开展面向全体儿童青少年,覆盖家庭、学校和社区的常态化主题健身活动。

本次赛事旨在积极响应国家体育

总局号召,为全市少儿足球选手提供感受快乐足球的平台,为校园足球队提供切磋交流的平台。

根据规程,丙组和丁组比赛率先进行,甲组和乙组将于5月进行。丙组比赛选手为2013年9月1日至2014年8月31日出生,丁组比赛选手为2014年9月1日至2015年12月31日出生。

本次赛事由浙江省足球协会、宁波市体育局、宁波市体育总会指导,宁波体育运动学校、宁波市足球协会主办,宁波市全民健身指导中心、海天文体中心协办。

(通讯员 戴斌 俞学丰)



体育中考实施方案发布

本报讯 日前,宁波市教育局发布了2022年宁波市体育中考实施方案。方案明确了今年体育中考的总分仍为40分,中长跑、50米跑、立定跳远、跳绳等项目的考试时间、考点也都已排定。

(通讯员 俞素梅 余晶晶)

“助冬奥 闹元宵”门球赛举办

本报讯 2月15日,宁波市门球协会在市全民健身指导中心门球场举办“助冬奥 闹元宵”门球联谊赛,经过12场比赛,市供电等4个代表队获得了小组第一名。

(通讯员 沈保华)