

# 神采丽人艺术团： 舞步飞扬，让生活焕发神采



我的团长  
我的团

报道热线  
13562536460

YMG全媒体记者 宋晓娜  
摄影报道

自2020年成立以来，神采丽人艺术团以舞蹈和模特表演为主要活动内容，不仅让团员们的退休生活变得充实多彩，更凭借积极向上的精神风貌，展现出不一样的退休风采。



## 参加公益活动中成立艺术团

团长林君清退休后，主动走进社区参与志愿服务。在此过程中，她结识了一群志同道合的朋友，大家年龄相仿、想法相近，聊起天来总有说不完的话，除了一起做公益，还总琢磨着“再搞点有意思的事，让退休生活更热闹”。

2020年，趁着这股热乎劲儿，林君清牵头成立了艺术团。后来，大家一起商议，给团队起了个响亮的名字——神采丽人艺术团，希望大家都能在这里活

出精气神儿，展现不一样的退休风采。

团队成立之初，主要以模特走秀为活动内容，大家反复练习，逐渐找到了节奏。

转机出现在一次“文艺进社区”的活动中。当时，烟台市艺术馆的张扬老师来到团队，带来了为期2个月的系统指导。张老师教学既细致又专业，从基础的形体矫正到每一个动作的细节把控，都手把手地示范、纠正，让团员们的

艺术水平实现了质的飞跃。张老师还结合团队特点，量身打造了节目《风月》，巧妙地将舞蹈的柔美与模特走秀的优雅融合在一起，让节目既有观赏性又具独特性。

凭借这支精心编排的《风月》，团队当年就成功入选烟台百姓春晚。大家既激动又自豪，这份认可也让大家的自信心大幅提升，更坚定了把艺术团办好的决心。



## 成员从零基础实现蜕变

从此之后，艺术团开始系统学习舞蹈，团队分工也愈发清晰。退休前是单位文艺骨干、有扎实舞蹈基础的牟建华，主动承担舞蹈教学的重任；张旭平则负责模特教学，两人配合默契，带领团队稳步提升。

在她们们的努力下，艺术团接连打磨出多个好作品。比如，舞蹈《五星红旗》在2025年烟台市民舞蹈大赛中斩获三等奖。牟建华原创的扇子舞《微山湖》，成员们身着清新的绿色舞蹈服，手持彩扇翩翩起舞，仿佛将微山湖

的莲叶、少女的灵动都搬上了舞台，观赏性十足。

眼下，大家正紧锣密鼓地排练扇子舞《戏文说》，心里都盼着能再次展现“神采丽人”的风采。

神采丽人艺术团的团员平均年龄57岁，多数人刚加入时都是零基础。有的从没跳过舞，有的连模特步都不会走，最初只是因为志愿服务才聚在一起。如今再看，每个人都像变了个样儿，舞蹈跳得越来越好，脸上的笑容也越来越灿烂，整个人的状态都年轻了十

几岁。

“以前我连腿都压不下去，现在不仅能轻松完成基本功，还能跟着跳完整支舞！”一位团员笑着分享自己的变化。更让人惊喜的是，有的团员通过坚持排练，成功减重20多斤，形体紧致了，气质也明显提升了。不少人开始注重形象管理，每次上课前都会认真收拾自己，连精气神儿都透着不一样的活力：“现在出门都爱打扮了，感觉自己越活越年轻！”



## 艺术演出与公益同行

团队里的氛围更是让人暖心。外出演出时，有人主动出车接送队友，有人帮忙整理服装道具，大家有钱出钱、有力出力。平时排练，谁要是动作不熟练，总有伙伴凑过来耐心指导，一遍不行就再来一遍，从不嫌麻烦。

除了排练和演出，团员们还会一起去周边旅游。济南的秀丽风光、银杏林的满目金黄、植物园的盎然绿意，都留下了她们的足迹。每次出游，大家都会穿

上统一的衣服，带上演出服，走到哪儿跳到哪儿。她们还特意邀请摄影老师同行，把这些欢乐的瞬间都一一定格。

私下里，团员们的关系早已像家人一样。谁家有事儿，大家都会记在心上，主动帮忙；艺术团成立至今，最初的核心团员几乎都未离开，一直互相陪伴着往前走。

更难得的是，即便艺术活动越来越多，大家也没丢了志愿服务的初心。社

区需要捡烟头，她们就拿着夹子去清理；需要拔草，她们就带着工具去忙活；冬天下雪后，她们又会主动去扫雪。“能为社区出点力，我们心里也高兴！”林君清说。

对于未来，神采丽人艺术团也有清晰的规划：继续深耕艺术，编排更多舞蹈与走秀融合的好节目，既让自己的退休生活更精彩，也为烟台的群众文化添一份力，让“神采丽人”的风采在更多舞台上绽放。

