

孙丹

中国艺术体操队教练孙丹—— 让中国风走出国际范儿

敦煌飞天 水龙破阵

自中国艺术体操队集体组教练孙丹2019年接手以来,中国队集体项目成绩多次取得突破——《飞天月舞》《天地英雄》获得东京奥运会第四名,《水龙吟》《破阵乐》获得2023年世锦赛5圈单项金牌,这是中国艺术体操队首次拿到世界冠军。可以说,中国队在欧洲强队的包围圈里打响了突围战,拿出了一系列堪称精品的中国风作品,走出了属于中国队自己的路线。

从2023年世锦赛凯旋后,孙丹在去年11月举行的世界冠军登榜仪式上说:“这是我们特别期待也特别激动的时刻。对于亚洲队伍来说,很少能拿到艺术

类项目冠军。希望这次能够在中国练习艺术体操的孩子心里种下一颗种子,未来把独特的中华文化用精用细向外输出,创造更好的成绩。”

近年来,中国艺术体操队始终采用本土教练创编。五年来的每一套作品,都凝结着教练组的心血。东京奥运会周期,队伍较为封闭的状态给了孙丹思考和沉淀的时间。“我经常去看素材到后半夜3点,然后越看越精神,(看)通透了之后感觉真好。”

孙丹介绍,编排一个节目需要大量的案头工作。比如音乐,要听海量的素材,从多个题材中选择最适合的,再将其中的灵感拼凑起

来,落实到整个成套里。然后要把合适的动作放在合适的音乐点上,并交给合适的运动员来做。再比如服装,要看很多展览,了解中国古代是怎么配色的,马虎不得。“出去(比赛)代表的是文化,代表的是我们中国人的品位。”

在排练展现敦煌风韵的《飞天月舞》时,一开始是孙丹和助教照着视频学,再教队员,效果没有达到预期。后来在领导的支持下,队伍赴敦煌实地采风,目睹了莫高窟的精美壁画,与敦煌文化学者交流的过程也加深了队员们对节目的理解。“采风的过程中受到很大的滋养”,最后达到了“从壁画中活着出来”的效果。

凤鸣凌霄 鸣盛世之音

“新周期《凤鸣凌霄》这个作品,我想体现大唐盛世(的景象)。”孙丹说,“我非常喜欢电影《妖猫传》里的一幕——大门推开,舞蹈、杂技、飞天、各种乐器轮番上演,就像推开了一扇那个时代的大门,各种各样的文化彼此融合,非常契合我们想要展现的那个点。”冬训期间,队伍学习中国古代历史,请了古典舞老师指导动作,表现古筝、琵琶等中国民族乐器的独特韵味。

节目开场,四名队员用形体表现琴架,三根彩带模拟琴弦,一名队员随音乐撩拨三下琴弦,惊艳亮相。队员们时而将彩带向上扬起,在空中交错,仿佛放起一盏明灯;时而像不倒翁般固定住腿部身体后仰;时而同时高高抛起器械,营造烟花绽放般的效果。在两分半的时间里,整个节目仿佛一场令人目不暇接的盛宴,展现着盛世的多元、开放,让人仿佛穿越时空,留下无尽遐想。

“我一直认为竞技体育是突破人类的极限,艺术体操也是要带给人最高等级的享受。以前很长一段时间,我们的动作停留在‘操化’。”现在随着认知提升,孙丹逐渐意识到不仅要注重技术和难度的提升,更要注重艺术性和创新性的发展。为了提升运动员的审美能力和艺术表现力,教练组进行了许多在训练场外的尝试,比如到博物馆观看展览感受色彩的力量,在茶室办读书会陶冶情操等。

共生共舞 舞生生不息

与3带2球节目浓浓的中国风相比,5圈项目的编排《共生共舞》则更注重国际化的表现方式,让裁判和全球观众更好地理解 and 欣赏作品。“我们中国有非常好的传统文化,同时也一直在进步,我们应该通过体育、通过各方面去打破一些刻板印象。所以在这一套风格选择的时候,我就想到我们所有人来参加奥运会,我们对于地球、对于世界是否有一些思考。”

音乐快节奏部分,运动员通过动作和队形呈现丛林里动物的狩猎和对抗,描绘了险象环生的动物世界;音乐慢板部分,队员们

通过肢体动作表现万物复苏,启发对生命的感悟、呼吁对环境的保护;结尾部分通过呈现动物追捕、猎杀的场景,表达天地万物都在动态中循环发展、生生不息。

动作编排方面,孙丹设计了不少桥段,增加节目的故事性和可看性。比如慢板中有一处表现“大自然”出现危机时,加入了人类屏息的声音。“这个声音是我们自己录的,我们队里所有的人都录了这个声音,然后我们选了一个(最准确的),表达一种又很担心、又无能为力情绪在里面。”

孙丹说,现在她给每个作品都写了故事线,希望它们是连贯、

完整的,把故事和难度动作有机结合,而不是一个动作、一个动作地简单串联。“这是比较难的,需要灵感,需要积累,需要大量地看好的作品,需要对这个世界保持好奇心。”

作为北京奥运会团体亚军,孙丹见证了中国艺术体操队在奥运史上的高光时刻。此刻站在场边指导队员训练的她,严格、专注,“逐帧逐帧”地纠正动作。

“我们的作品要拿出来给全世界看。”孙丹希望,中国艺术体操队能在最大的舞台上,向全世界展示中华文化的独特魅力,展示一个立体的中国。

新华社北京4月29日电 当地时间4月28日结束的国际体联艺术体操世界杯塔什干站比赛中,中国艺术体操队在集体项目收获全能和5圈单项两枚金牌,优秀的表现获得了国际裁判的广泛认可。

本赛季,中国艺术体操队集体组为备战巴黎奥运会带来两套新节目:3带2球的《凤鸣凌霄》和5圈的《共生共舞》。《凤鸣凌霄》以汉唐国风为主题,通过运用彩带模拟造型,表现古筝、琵琶等中国民族乐器的独特韵味;《共生共舞》则呈现环保主题,更具国际化视野。这两套节目在3月的世界杯帕拉约法利罗站首次亮相即获得一银两铜,虽然在高手如林的巴库站出现失误,但经过不断打磨和完善,中国队放平心态、重新出发,在本站比赛取得了更大突破。

明威海参
MW SEA CUCUMBER

51狂欢 限时抢购

明威海参 5月感恩季

活动时间: 05.01-05.15

进店还可参与
玩游戏 赢大奖 干海参带回家
修复家人老照片

国标干海参 全场5折

关注企业微信可抢 200元代金券 可现场抵扣

注: 国标老淡干和鲜食海参不参与此活动



国标老淡干限时抢购

老淡干

1270元

/500g

鲜食
海参

买1送1再减20元



明威海参 与您51有缘

- [1] 北马路东首海关斜对面太平街10号
.....2119899
- [2] 福山区永安街1号北一路东首
.....2130007
- [3] 大海阳路消防特警中队下车路东
.....2117757
- [4] 开发区金沙江路18号恒达农贸市场南门
.....6931060
- [5] 二马路54号(二马路与南山路路口东侧)
.....6228771
- [6] 芝罘区四马路1号进德家家悦北门斜对面
.....2152097
- [7] 福山区县府街北美金街113-114号
.....2131001
- [8] 北马路171号芝罘湾广场红渔渔市店
.....2127776