

小燕子艺术团： 艺聚邻里 乐享晚年

YMG全媒体记者 宋晓娜
摄影报道

在丰富社区群众精神文化生活、传递全民健身正能量的队伍中，小燕子艺术团凭借昂扬的风貌、精彩的文艺作品、温暖的团队氛围，成为社区文艺舞台上的一道亮丽的风景线。



自主成长深耕文艺之路

退休后的王少燕有了充足的闲暇时间，她经常和小区居民一起跳广场舞，慢慢认识了一些爱好文艺、志同道合的邻里朋友。

2017年，王少燕牵头成立小燕子艺术团。团队从简单的广场舞健身活动做起，主动参加各类比赛和演出，一步步走出了属于自己的文艺发展之路。

自成立以来，团队坚持快乐健身、以艺育人、乐享晚年的理念，队伍规模不断壮大。

经过几年发展，艺术团已经形成结构清晰、特色突出的队伍配置，现有20人的模特队、20人的舞蹈队和60余人的健身操队。团队氛围积极融洽，凝聚力强。

小燕子艺术团是一支完全自主成长的文艺队伍，没有外聘专业老师指导。团队的所有节目编排、动作打磨和造型设计，都依靠全员合力、自主完成。

团长王少燕擅长体育，上学时是学校排球主力。都说“文体不分家”，她通过网络自学舞蹈、模特走秀、健身操等各类内容，并结合团员的年龄情况和接受能力，对动作、队形和节目内容进行调整改编，整理出适配团队、简单好看的节目。

日常排练中，姐妹们一起研究节目方案、抠细节、打磨动作，互帮互助、共同进步。团员艳丽主动担当辅助教学工作，协助指导大家练习。

在团长带头钻研、团员同心配合的良好氛围下，不少零基础的团员慢慢突破自我，自信站上舞台，大胆展示风采。

多年来，团队坚持勤学苦练，在各类赛事中收获了不少成绩。

2018年，团队参加烟台市舞蹈协会专项比赛，拿下烟台市三等奖，之后晋级省级赛事，同样斩获省级三等奖。

2022年，团队新增模特表演项目，进一步丰富了节目内容和艺术形式。

2023年，团队模特队参加烟台市老年体协专项比赛，凭借端庄的仪态和整齐的表演获得二等奖，一项项荣誉见证了团队的稳步成长和不断突破。



精品节目尽显银龄风采

艺术团打磨出多个风格各异、广受好评的经典特色节目，兼具观赏性与艺术性。

团队创新推出模特与舞蹈相融合的表演形式，打破传统走秀的单调感，让舞台表演更加丰富生动。其中，模特表演《爱的画卷》极具韵味，团员们身着典雅黑色旗袍，手持鲜红折扇，步态优雅、仪态端庄，一颦一笑，尽显东方温婉气质；模特伞舞《梁祝》意境悠远，婉转悠

扬的旋律中，团员们身着粉色舞裙，手持粉色油纸伞，轻盈起舞、步履翩翩，勾勒出唯美诗意的画面。

红色主题舞蹈《迎盛世 举金杯》大气恢宏，团员们身着红黑渐变色大摆舞裙，舞姿舒展昂扬，深情礼赞盛世华章；《幸福中国一起走》作为团队的经典节目，历经多年打磨，始终活力满满，传递出美好生活的幸福感。

此外，健身操队带来的《月光下的凤

尾竹》清新灵动，团员们身穿绿、粉两色服装，同台演绎，动作整齐欢快、节奏轻快流畅，尽显中老年昂扬向上的精神风貌。

“大家志趣相投，聚在一起，一起跳舞，一起展示自己，开开心心度过每一天，这就是我们组建团队的初心。”谈及多年的坚守与付出，团长王少燕始终淡然平和。她表示，自己只是牵头带大家共同娱乐、共同进步，最珍贵的收获是邻里相伴的温情与彼此治愈的美好。



以艺润心乐享美好晚年

多年来，艺术团坚持开展文艺健身活动，让每一位团员都能收获健康与快乐。长期的歌舞、健身操练习，帮助大家改善身体状态，摆脱病痛困扰。

王少燕年轻时因长期伏案工作，颈椎问题比较严重，经常感到不适。坚持跳操锻炼后，她的颈椎问题彻底好转，整个人的精神状态越来越好。很多团员也从中受益，常年腰腿酸痛的症状得到明显缓解，身体素质稳步提升。规律的晚间锻炼，也改善了大家的睡眠质量，不少曾经有睡眠问题的团员，现在作息规律、睡眠

安稳。还有患有糖尿病的团员，通过长期坚持锻炼、保持良好心态，身体各项指标逐步好转，身心状态不断提升。

“文艺健身不仅让大家身姿挺拔，远离各类病痛，还让大家心态更加积极乐观，真正做到身体健康、生活充实，晚年生活多彩。”王少燕说。

除了日常排练和健身活动，团队也十分注重丰富团员的业余生活。每年都会组织三到四次集体外出游玩，先后去过扬州、武汉、重庆、九寨沟等地。

外出游玩时，团员们统一服装、帽子

和背包，团队风貌整齐亮眼。大家边走边赏景，在绿水青山间跳舞打卡，拍摄照片和短视频，记录美好瞬间，让晚年生活更加丰富充实。

以文艺凝聚邻里，以欢乐温暖晚年。如今，小燕子艺术团已经成为邻里互动、全民健身、传播社区文化的良好平台。未来，团队将继续保持热爱，用心打磨文艺节目，积极参与各类文化演出和公益活动，用歌舞传递美好，不断丰富社区居民的精神文化生活，让大家的晚年生活绽放光彩。

