

从非遗名录到“一县一品”

安代舞舞动乡村振兴路

银龄体育

编者按：有效应对我国人口老龄化，事关国家发展全局，事关亿万百姓福祉和社会和谐稳定，对于全面建设社会主义现代化国家具有重要意义。对于老年群体来说，体育是健康关口前移、治未病的最经济、最有效的手段之一，在应对人口老龄化过程中发挥着极其重要的作用。为宣传报道好全国各地老年体育事业的开展，为全国广大老年体育爱好者搭建交流、互动、学习掌握科学健身方法的平台，在国家体育总局群体司指导下，本报和中国老年人体育协会合作开辟“银龄体育”专栏，讲好老年体育故事，为老年体育爱好者服务。

本报记者 冯蕾文/图

“安代舞最初是治病的舞蹈，现在是牧民的快乐密码。我们想让全国看到，安代舞不只有豪迈，还有‘松肩晃手’里的生活智慧。”安代舞传承人山虎说。

日前，由中国老年人体育协会、中国农民体育协会主办的2025年全国老年人体育助力乡村振兴活动在四川北川羌族自治县举行。活动中，内蒙古代表队的8名农牧民队员，将草原的独特风情带到了北川。在这支由农牧民组成的安代舞表演队伍中，最年长者68岁。

400年古老歌舞焕发新生

安代，这一以祈福消灾、祈愿爱情美满为主要内容的原生态歌舞，历经了近400年的传承与发展。安代舞通过说、唱、跳等形式，生动展现了人们对生活的热爱与向往，其独特的艺术感染力深入人心，现已成为中华优秀传统文化的杰出代表之一。2006年，安代舞被列入首批国家级非物质文化遗产名录；2023年，库伦安代舞入选全国“一县一品”特色文化艺术典型案例。

库伦旗老年人体育协会将安代舞与现代健身、社交元素创新融合，致力于打造乡村文化品牌，通过举办全旗老年人安代舞健身大赛、千人展演等丰富多彩的活动，使安代舞成为老年人日常锻炼的重要方式。库伦旗老体协乌兰牧骑团队深入乡村积极推广，让这一古老艺术重焕生机，成为推动乡村振兴的文化载体和经济引擎。

从“活化石”到现代特色品牌

据库伦旗副旗长于明明介绍，安代舞被选为特色品牌，有着多方面的深远考量。首先，其具备深厚的文化底蕴与浓郁的民族特色。库伦旗作为安代舞的发源地，享有“中国安代艺术之乡”的盛誉。安代舞作为首批国家级非物质文化遗产，是集歌、舞、乐于一体的蒙古族文化瑰宝，被誉为“蒙古族舞蹈活化石”。它不仅是国家级非遗，更是草原人民精神文化的关键载体，高度契合国家“文化强国”和“乡村振兴”战略对优秀传统文化传承发展的要求。其次，安代舞拥有广泛的群众基础与突出的健康价值。作为一项集艺术性和健身性于一体的传统舞蹈，其明快的节奏和舒展的动作深受群众喜爱。再者，安代舞是北疆文化的重要艺术载体。其豪迈奔放的艺术表现形式，生动展现了北疆人民自强不息的精神风貌，深刻诠释了团结奋斗、守望相助的时代内涵。通过“踏歌而舞”的群体性艺术特征，安代舞不仅架起了情感交融的桥梁，更成为促进民族团结进步的重要精神纽带。

“在库伦旗，每天参与安代舞锻炼的群众规模达3000余

人，以安代舞形式呈现的广场舞活动开展得如火如荼；安代舞还被纳入中小学课间操体系，覆盖学生群体达1.5万人；以安代舞为载体的蒙医安代疗法，是传统医学中极具特色的身心同治疗法，将舞蹈、音乐与蒙医疗法理念深度融合，在调节身心健康方面发挥出独特价值。”于明明说。

库伦旗老体协组织千人安代展演，关键在于构建三级联动网络与充分激发群众内生动力。库伦旗建立了覆盖旗、乡、村的组织体系，依托全旗150多个文艺团体和上万名骨干，形成了高效的执行网络。专业辅导员提供定点指导，由队长负责日常训练和活动组织。

库伦旗老体协相关负责人表示，“安代舞是深受群众喜爱的健身娱乐方式，库伦旗通过‘线上+线下’立体化宣传推广，将其精心打造成为一项惠及全民的特色文化品牌活动，充分激发了基层群众的参与热情。”

“带不走”的文艺队“活起来”的安代舞

“既强健群众体魄，又活化非遗传承，安代舞融入大众日常文体生活，实现了健康促进与文化振兴双赢。”于明明说。

库伦旗老体协乌兰牧骑团队年均开展下乡演出100余场次，深入基层挖掘民间文化宝藏，创作融入长调、呼麦等非遗元素的精品节目，通过生动的艺术表达让理论宣讲“活起来”，让政策解读“动起来”。团队通过创作文旅宣传作品、培养本土文艺人才等“传帮带”活动，既为乡村旅游代言引流，又为乡村文化振兴培育了一支“带不走”的文艺队伍。通过安代文化“进景区、进校园、进社区、进乡村、进企业”等活动，深度推进文旅产业融合发展，带动乡村特色民宿等产业发展，为乡村振兴注入强劲动力。

从古老的传统仪式舞步，到乡村振兴的文化引擎，安代舞成为传统与现代完美融合的典范。



陕西培训老年体育宣传骨干

本报讯 近日，中国体育科学学会老年体育工作委员会成立大会暨第一届委员会第一次会议在上海体育大学举行。该委员会的组建标志着我国老年体育事业向科学化、专业化发展迈出了重要一步。来自高教出版社和有关体育类职业院校、科研院所及企业的代表近50人参加了大会。

中国老年人体育协会负责人表示，“委员会的成立是贯彻落实‘积极应对人口老龄化’国家战略的重要举措，有效填补了老年体育科研与实践深度融合的空白。面对我国3.1亿60岁以上老年人口的现实需求，中国老年人体育协会将与委员会深度合作，双方将围绕推动科研成果向老年健身实践转化、总结基层经验促进理论创新、共同探索专业人才培养有效模式、携手组织科普活动以提升社会影响力等四个核心方向展开实质性合作。”

上海体育大学负责人表示，“作为国家‘双一流’建设高校，上海体育大学将全力支持委员会工作，充分发挥自身在学科建设、科学研究和人才培养等方面的优势，通过这一国家级平台，共同提升老年体育健康服务的质量和创新能力。”

在成立大会上，中国体育科学学会相关负责人宣读了《关于同意召开中国体育科学学会老年体育工作委员会成立大会的批复》，同时“中国体育科学学会老年体育工作委员会”揭牌，宣告中国体育科学学会老年体育工作委员会正式成立。在随后举行的第一届委员会第一次会议上，选举产生了18名委员及委员会领导班子。

中国体育科学学会老年体育工作委员会的成立是继2024年第九届全国老年人体育科学大会之后我国老年体育领域的又一重大举措。未来，委员会将以服务健康中国、全民健身国家战略需求为导向，聚焦老年体育工作现实情况和老年人体育发展需求，致力于新时代老年人体育领域的理论与实践研究，积极开展学术研究、决策咨询、人才培养和社会服务，持续促进老年人体育事业健康发展。（冯蕾）

中国体育科学学会老年体育工作委员会成立

中国体育科学学会老年体育工作委员会成立