

# 清華陸生的社會實踐 「廣場舞」進校園



國立清華大學  
NATIONAL TSING HUA UNIVERSITY

2018 首頁故事

## 清華陸生的社會實踐 「廣場舞」進校園

不必花錢也能快樂運動的神秘小教室，每周一、四晚上在本校南大校區操場開課！兩位來自中國大陸吉林體育學院的交換生王思雪與邵旖睿，從風行大陸的「廣場舞」得到點子，從今年3月起免費教學校附近社區居民跳舞運動，大受好評，參加的人愈來愈多。這門「期間限定」的舞蹈課即將因學期結束在本月中旬畫下句點，師生們都好捨不得。

### 好友結伴申請來清華交換

東北大妞王思雪在吉林體院研究所主修「啦啦操」，類似台灣所稱的啦啦隊，她也是國家一級健美操裁判員及啦啦操教練員、裁判員；吉林體院體育系大三生邵旖睿專長則是藝術體操，也有國家二級啦啦操教練員、裁判員證照。兩人在吉林就是親如姊妹的好友，一起申請赴台交換學生計畫，雙雙獲選，今年2月來台，在清華大學體育系展開一個學期的交換學習。

開學後，她們選修了體育所張俊一教授開設的「休閒社會學專題研究」課程，並在教授鼓勵下，結合風行大陸的「廣場舞」文化及體育專長，在南大校區開設一門「期間限定」的舞蹈課。她們說，這也是一場特別的「社會實踐」，透過參與

式觀察的質化研究法，可以了解新竹社區民眾對休閒運動的態度。

於是她們 3 月 5 日向系上借了音響，在南大校區操場開始了第一堂課。她們邊跳邊向繞著操場散步或快走的民眾宣傳「我們是免費的舞蹈課，可以一起來玩喔！」但得到的回應卻是害羞地點點頭即快步離開，「第一堂課一個學員都沒招到，原來這麼不容易！」

### **學員從 3 歲到 74 歲**

第二堂課王思雪決定主動出擊，邀請同在操場練舞的媽媽團體，附近居民陳美枝、邱桃妹和黃秀蓮率先加入，更賣力地為她們宣傳。兩位交換生的免費舞蹈課就這樣一傳十、十傳百，愈來愈多民眾加入運動的行列，現在已達到 30、40 人，從 3 歲的小朋友到 74 歲的阿嬤都有。每周一、四晚上 7 點半準時開跳，風雨無阻。

王思雪及邵旖睿為社區民眾設計的一小時課程主要是有氧舞蹈及核心肌群訓練，還搭配了一點瑜珈伸展及芭蕾。幾個月下來，當中英文等流行樂曲響起，婆婆媽媽們都能配合「小飛碟」、「摘星星」、「火車」等口令熟練地跟上動作，「來，接著抬腿 15 下！」馬上有人哀嚎：「怎麼可能 15 下啦？」但在彼此加油打氣下，大家幾乎都完成了動作。

## 帶點心送小禮 還想她們當媳婦

王思雪說，幾次課程之後，來運動的大姊、阿姨、叔叔都把她們當成了自家女兒般關心，擔心她們兩個小女生在外生活遭遇困難，幾乎每次上課都會帶蛋糕等點心水果或小禮物給她們，「明明是自由參加的免費課程，但叔叔阿姨臨時有事不能來，還會在 line 群組上慎重地跟我們請假。」她們感受到台灣人濃濃的人情味。

「每回上課阿姨們都熱情地邀請我們到她們家作客，這緣分非常特別而且珍貴。」

邵旖睿也說。

學期快結束了，王思雪及邵旖睿也即將離開台灣，距離 6 月 21 日的最後一堂課，只剩下 5 堂課了。阿姨們數算著日子，不捨的情緒愈來愈濃。從一開始就參與的學員陳美枝住在南大校區附近，平日晚餐飯後都與好姊妹們到學校操場運動健身，

「很謝謝她們這段時間為所有學員帶來快樂，有機會我還想介紹她們認識我孫子呢！」兩位健美又開朗的小老師，是婆媽們心中理想的孫媳婦典型。

## 31 堂最特別的有氧舞蹈課

另名學員黃秀蓮也說，這麼短的時間她們就要回去了，心裡很不捨，希望有緣還能相聚。

張俊一教授說，這 31 堂特別的有氧舞蹈課對兩位陸生來說一定畢生難忘，社區民眾也留下了珍貴的回憶。



來自中國大陸吉林體育學院的交換學生邵旖睿（左）、王思雪（右）利用晚間課餘時間免費教清華大學南大校區附近社區民眾跳舞。



來自中國大陸吉林體育學院的交換學生邵旖睿（右）、王思雪（左）發揮律動、啦啦操專長，教社區民眾活動筋骨。



王思雪擁有中國國家一級啦啦操教練員資格，在台灣的免費舞蹈課程中，也協助矯正民眾運動姿勢。



兩位來自中國大陸的交換學生利用課餘時間帶學校附近社區民眾活動筋骨、運動健身。



兩位來自中國大陸的交換學生利用課餘時間帶學校附近社區民眾跳有氧舞蹈，課程大受歡迎。



王思雪帶領社區民眾跳舞。



來自中國大陸吉林體育學院的交換學生邵旖睿(左)、王思雪(右)。