

# ĐỒNG DIỄN THỂ DỤC - MÔN THỂ THAO GẮN KẾT CỘNG ĐỒNG

I BÙI THỊ HUYỀN

Email: huyencoicao@gmail.com

Trường ĐHSP Nghệ thuật TW

## CO-GYMNASTICS - A SPORT THAT UNITES THE COMMUNITY

### TÓM TẮT

Trong xu thế làm việc thời đại 4.0, người ta thường chú trọng đến tính sức mạnh tập thể thay vì chỉ đơn lẻ từng cá nhân. Đồng diễn thể dục là loại hình thể thao thể hiện rõ nét các ý tưởng sáng tạo của một tập thể về cảm hứng nghệ thuật, vũ hình, âm nhạc... qua đó sẽ tạo ra động lực, cảm hứng làm việc cho cộng đồng

*Từ khóa:* Đồng diễn thể dục, Các màn đồng diễn



### ABSTRACT

In the working trend of the 4.0 era, people often focus on collective strength instead of just individually one. Choreography dancing is a type of sport that clearly expresses the creative ideas of a collective of a certain group regarding choices on art, and music inspiration, thereby creating motivation and inspiration to work for the community.

*Keywords:* Choreography dancing, performances

### 1. Vai trò của Đồng diễn thể dục

Như chúng ta đã biết, tập luyện thể thao trong những năm gần đây nó không chỉ là xu thế mà nó còn là nhu cầu thiết yếu đối với sức khỏe và đời sống của mỗi cá nhân trong xã hội. Trước đây, khi xã hội với nền kinh tế chưa phát triển, khi đa số công việc phụ thuộc vào sức người, chưa có máy móc thay thế, năng suất lao động chưa cao thì con người dùng sức khỏe và tuổi trẻ của mình để làm việc tạo ra của cải vật chất. Thời kỳ mà nhu cầu thiết yếu của con người chỉ dừng lại ở mức ăn no mặc ấm. Nhưng ngày nay, thời kỳ hội nhập kinh tế quốc tế, thời kỳ công nghệ hóa hiện đại hóa, thời kỳ 4.0, thời kỳ của công nghệ là thời kỳ mà sức lao động của con người được giải phóng, máy móc làm thay sức người và máy móc có năng suất lao động cao, tạo ra nhiều của cải vật chất hiện đại thì nhu cầu của con người không còn dừng ăn no mặc ấm mà nhu cầu của con người tăng lên đáng kể đó là ăn ngon mặc đẹp, sống vui, sống khỏe. Giải phóng được sức lao động chân tay, con người có thời gian chăm lo đến sức khỏe đời sống và tinh thần hơn để có sáng tạo ra nhiều của cải vật chất hơn. Đặc biệt chăm lo sức khỏe thể chất và tinh thần được người dân nhận thức sâu sắc hơn. Đúng như trong lời kêu gọi toàn dân tập thể dục Bác viết: “Giữ gìn dân chủ, xây dựng nước nhà, gây đời sống mới, việc gì cũng cần có sức khỏe mới làm thành công”. Nhận thức được tầm quan trọng của sức khỏe nên mỗi người dân trong những năm gần

đây đều lựa chọn cho mình các hình thức tập luyện khác nhau như đi bộ, chạy bộ, thể dục Aerobics, Cầu lông, Bóng chuyền, Khiêu vũ thể thao, Yoga, bơi lội... làm một môn thể thao để tập luyện tăng cường sức khỏe và sự dẻo dai. Đây là các môn thể thao có tính đối kháng và tính thành tích nên ít khi được biểu diễn mà chủ yếu là thi đấu, do cá nhân hoặc một nhóm nhỏ tập hợp nhau lại cùng nhau tập luyện vì sức khỏe, vì sở thích.

### 2. Đồng diễn thể dục trong đời sống

Đồng diễn là một loại hình biểu diễn tập thể thuộc một lĩnh vực nào đó. Theo PGS.TS. Trần Phúc Phong: “Đồng diễn thể dục là một loại hình biểu diễn tập thể độc đáo thuộc lĩnh vực nghệ thuật của thể dục thể thao”. Tác giả cho rằng, Đồng diễn thể dục là một loại hình biểu diễn tập thể thuộc lĩnh vực thể dục thể thao và mang tính nghệ thuật, có sự kết hợp của âm nhạc, hội họa, đạo cụ, trang phục với số lượng người tham gia biểu diễn lớn tùy thuộc vào quy mô của các chương trình khác nhau. Với tổ hợp các nhóm động tác của thể dục cơ bản hoặc thể dục nghệ thuật với những đội hình, đội ngũ khác nhau, kết hợp đạo cụ hoặc không có đạo cụ xếp thành đội hình độc đáo. Nó được ra đời vào khoảng những năm 1891, thế kỷ XIX, cho đến nay nó đang phát triển theo nhiều xu thế khác nhau phù hợp với mục đích, nguyện vọng của từng chương trình.

## CULTURE

Bên cạnh đó, Đồng diễn thể dục là một trong những môn thể thao có tính tuyên truyền, giáo dục, chào mừng, kỷ niệm, tăng tinh thần và khả năng làm việc nhóm, làm việc tập thể thông qua tập luyện thể thao để rèn luyện thân thể để có sức khỏe tốt, hình thể đẹp, phát triển đầy đủ các tố chất thể lực, tăng khả năng tư duy sáng tạo, phát triển và hoàn thiện kỹ năng phối hợp vận động một cách hợp lý, linh hoạt, nhịp điệu và khéo léo lại thu hút được nhiều người tham gia tạo nên tính tập thể, tính cộng đồng cao.

Ngày nay, đồng diễn không chỉ là màn thể dục, màn biểu diễn đơn thuần mà nó còn mang nhiều ý nghĩa và quy mô khác nhau. Nó biến hóa, thay đổi để phù hợp với nhịp sống hiện đại nhưng không làm mất đi bản sắc của đồng diễn đó là hướng đến sự đồng đều, mang tính chất chào mừng, thể hiện tinh thần tập thể cao. Phạm vi của đồng diễn không chỉ trong trường học, trong các kỳ đại hội thể dục thể thao mà các dịp chào mừng ngày thành lập, ngày nhà giáo Việt Nam, kỷ niệm hoặc khai trương công ty, tập đoàn thì đồng diễn thể dục cũng là những lựa chọn hàng đầu của các cơ quan. Không quá cứng nhắc trong quy định tập luyện, không đòi hỏi quá cao về kỹ thuật chỉ đơn giản là các tư thế động tác cơ bản, có sự đồng đều, đội hình hợp lý, kết hợp với nhạc nền để từ đó xây dựng được một câu chuyện, một giai đoạn lịch sử hoặc mô phỏng tương lai ... theo ý tưởng của bài. Không chỉ đồng diễn thể dục tay không mà người tập có thể sử dụng dụng cụ, đạo cụ, trang phục hoặc kết hợp các bộ môn khác nhau tạo nên tổng thể một bài đồng diễn thể dục đẹp mắt, khỏe khoắn mà lại mang tính nghệ thuật cao. Cụ thể trên thế giới đã có rất nhiều màn đồng diễn độc đáo, ý nghĩa và có những màn đồng diễn làm cả thế giới thán phục, những màn đã được ghi vào kỷ lục Guinness.

Nhắc đến đồng diễn, chúng ta không thể nào không nhắc đến đất nước của những màn đồng diễn hoành tráng đó là Triều Tiên. Năm 2007, tại lễ hội Arirang tại Triều Tiên đã được sách kỷ lục Guinness công nhận là sự kiện lớn nhất thế giới về đồng diễn nghệ thuật và thể dục với 100.109 người tham gia. Cũng tại đây, từ năm 2002 đến năm 2013 lễ hội này được tổ chức thường niên, hoành tráng với số lượng người tham gia đông đảo, mỗi năm thể hiện một chủ đề khác nhau. Đây không chỉ là sự kiện được người dân Triều Tiên chờ đón mà còn thu hút không ít khách du lịch. Tuy nhiên, lễ hội này bị dừng đột ngột sau năm 2013 cho đến tháng 9 năm 2018, Chủ tịch Kim Jong-un mới quyết định một lần nữa tổ chức đại lễ đồng diễn này với kỳ vọng sẽ là một động lực mới cho du lịch, cũng như tái thiết lập triều tiên như một đất nước đang tập trung vào phát triển kinh tế. Mỗi năm lễ hội thể hiện một chủ đề khác nhau từ lịch sử, kinh tế chính trị cho đến văn hóa... Trên thế giới còn ghi nhận nhiều kỷ lục Guinness khác về đồng diễn như:

Kỷ lục Guinness về đồng diễn cặp đôi đồng nhất thế giới đã chính thức được xác lập vào chủ nhật 03/11/2019. Hơn 422 cặp vũ công từ khắp đất nước Cộng hòa Dominica đã hội tụ tại thủ đô Santo Domingo để tham gia sự kiện trên nền ca khúc "Merengón" của nhạc sĩ Joseito Mateo, các cặp đôi đã cống hiến cú xoay tròn và đánh hông uyển chuyển - đặc trưng của điệu nhảy merengue truyền thống. Kỷ lục kéo dài trong 5 phút này cũng đánh bại thành tích trước đây do Nga nắm giữ.

Theo báo điện tử Đảng cộng sản Việt Nam ngày 5/11/2019, có viết: "tại tỉnh Sorsogon của Philippines vừa được Tổ chức kỷ lục thế giới Guinness ghi nhận kỷ lục khi cùng lúc có tới 7.127 người tham gia biểu diễn điệu dân vũ truyền thống Pantomina sa Tinampo trên một tuyến đường kéo dài 3 dặm trong vòng 30 phút đồng hồ". Bài dân vũ thể hiện điệu nhảy dân gian của người dân địa phương. Nó là sự hòa quyện của những động tác múa duyên dáng trên nền nhạc du dương, thường được biểu diễn trong các đám cưới bởi các cặp đôi mới cưới và các khách mời tham dự....

Đặc biệt, đồng diễn không còn đơn giản là các động tác hình thể, các động tác thể dục, các bài múa để qua đó thể hiện một chủ đề của đất nước, để chào mừng mà nó còn thể hiện được tâm lòng, tình cảm của những người khiếm khuyết về ngôn ngữ. Ngày 1/11/2019, Kỷ lục Guinness thế giới về đồng diễn ngôn ngữ ký hiệu được thiết lập tại trường Đại học Trường Xuân, Tỉnh Cát Lâm, Đông Bắc Trung Quốc với 10.223 người tham gia để cùng hát ca khúc "Grateful Heart" (tạm dịch là: Trái tim biết ơn). Trước đó, kỷ lục này thuộc về một bệnh viện ở khu hành chính đặc biệt Hong Kong (Trung Quốc) cùng với sự tham gia của 8.054 người cùng nhau đồng ca theo ngôn ngữ ký hiệu vào ngày 1/11/2014. Ngôn ngữ ký hiệu là ngôn ngữ dùng những biểu hiện của bàn tay thay cho giọng nói. Ngôn ngữ ký hiệu do người khiếm thính tạo ra, nhằm giúp họ có thể giao tiếp với nhau trong cộng đồng người khiếm thính và qua đó tiếp thu tri thức và các thông tin xã hội...

Ở Việt Nam, trong những năm gần đây đồng diễn thể dục đang được đông đảo người dân tham gia tập luyện và đã đạt được một số thành tích như : Vào 27/4/2019 tại sân vận động tỉnh Vĩnh Long, Sở Giáo dục và Đào tạo Vĩnh Long đã phối hợp cùng nhãn hàng Nestlé Milo tổ chức đồng diễn thể dục với sự tham gia của 6.000 học sinh đến từ 64 trường tiểu học trong địa bàn tỉnh và được Kỷ lục Guinness Việt Nam ghi nhận với số lượng học sinh tham gia lớn nhất. Công ty Nestlé Milo phối hợp cùng Bộ Giáo dục và Đào tạo ban đề án 641 đã biên soạn các bài tập mới đồng thời tái khởi động chương trình tập thể dục buổi sáng và thể dục giữa giờ tại nhiều trường tiểu học trên

## CULTURE

toàn quốc. Các bài thể dục đồng diễn vui tươi, giàu năng lượng sẽ là đòn bẩy để trẻ nâng cao tinh thần vận động, tích cực tham gia vào các hoạt động thể dục thể thao, cải thiện thể chất, nâng cao tầm vóc Việt.

Thể thao cho mọi lứa tuổi, phù hợp với từng độ tuổi khác nhau, các giải đấu thể thao không chỉ dành cho giới trẻ mà người cao tuổi cũng có thể tham gia hội thao nhằm nâng cao tinh thần tập luyện thể thao và cũng là giúp người cao tuổi sống vui, sống khỏe. Sáng 06 tháng 10 năm 2019 hội thao “Đồng diễn thể dục dưỡng sinh dành cho người cao tuổi” cấp thành phố năm 2019 đã được diễn ra tại đường Lê Duẩn (quận 1) Thành phố Hồ Chí Minh với hơn 2.800 vận động viên tham dự đến từ 24 quận, huyện trên địa bàn Thành phố Hồ Chí Minh. Chương trình do UBND Thành phố Hồ Chí Minh tổ chức với sự phối hợp của Sở Văn hóa và Thể thao cùng với Hội Người cao tuổi Thành phố Hồ Chí Minh và hội thể dục dưỡng sinh Thành phố Hồ Chí Minh. Đây là một trong những hoạt động chào mừng ngày 1 tháng 10 – ngày người cao tuổi và hưởng ứng “Tháng hành động vì người cao tuổi”.

Sự kiện gắn nhất về đồng diễn thể dục được thể hiện tại công văn số 082/CV-CĐGD về việc tham gia Hội thi đồng diễn thể dục giữa giờ “Khỏe để lao động sản xuất” ngày 13 tháng 5 năm 2020 gửi đến công đoàn cơ sở các trường THPT, Trung cấp, cao đẳng và các đơn vị trực thuộc tại Thành phố Hồ Chí Minh do Liên đoàn lao động phối hợp cùng Công đoàn giáo dục tổ chức. Mục đích của hội thi nhằm tiếp tục đẩy mạnh phong trào tập thể dục giữa giờ “Khỏe để lao động sản xuất”, giới thiệu những hình ảnh, video clip đẹp, hay, sinh động của các đơn vị, từ đó tiếp tục tuyên truyền và nâng cao nhận thức của đội ngũ cán bộ, nhà giáo và người lao động Ngành giáo dục thành phố về phong trào tập thể dục thể thao, rèn luyện thân thể, chăm sóc sức khỏe bản thân. Đặc biệt trong tình hình dịch covid-19 đang diễn biến phức tạp.

Qua đó chúng ta có thể thấy, thể dục đồng diễn không chỉ có mục đích nâng cao sức khỏe, thể hiện tinh thần tập thể, tinh thần đoàn kết cao, tính gắn kết con người ở tất cả các tầng lớp xã hội, không phân biệt tri thức, công nhân, học sinh, sinh viên, người cao tuổi hay người khuyết tật... thể thao nói chung và thể dục đồng diễn nói riêng, giúp cho con người gần nhau hơn, chia sẻ, đoàn kết và hơn hết là sự thể hiện được tâm tư, nguyện vọng của một tập thể, của một nền văn hóa.

## TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. **Trần Phúc Phong, 2001**, “*Đồng diễn thể dục - Lý thuyết và thực hành*”, Nxb thể dục thể thao.
2. **Phạm Nguyên Phùng, 2011**, “*Giáo trình Thể dục đồng diễn*”, Nxb Thể dục thể thao.
3. **Websize: dangcongsan.vn**
4. **Websize: thethao.tuoitre.vn**