

§ 辽宁省体育示范性专业特色教材

TUAN TI CAO

团体操

杨明◎著



辽宁教育出版社

LIAONING EDUCATION PRESS

辽宁省体育示范性专业特色教材

团体操

杨 明 著

辽宁教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

团体操/杨明著. —沈阳:辽宁教育出版社, 2009. 12
ISBN 978-7-5382-8560-4

I. 团… II. 杨… III. 团体操—基本知识 IV. G837

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第207404号

辽宁教育出版社出版、发行
(沈阳市和平区十一纬路25号 邮政编码110003)
沈阳体育学院印刷厂印刷

开本:880毫米×1230毫米 1/16 字数:270千字 印张:9 $\frac{1}{8}$

印数:1—1000册

2009年12月第1版

2009年12月第1次印刷

责任编辑:张金龙
封面设计:刘玉琛

责任校对:沈 剑
版式设计:刘玉琛

ISBN 978-7-5382-8560-4

定价:25.50元

如发现印装质量问题,请与印刷厂调换

前 言

团体操作为一项群众性体育表演项目，在全国各地的大、中、小学、企事业单位得到了普遍的开展，很多高校的体育专业也开设了团体操课程。为了满足广大体育工作者学习和创编团体操的需要，作者在继承前人已有的团体操编排训练理论知识的基础上，结合自己多年的团体操编排训练经验，撰写了《团体操》一书。

为了使初学者通过学习能够达到提高实际编排和训练能力的目的，本书侧重团体操编排与训练中基本理论知识和基本方法的介绍。为了便于理解，书中列举了大量的实例和图片，使本书具有知识性和资料性的特点，对初学者掌握团体操编排与训练方法、提高团体操编排与训练的能力有较为实际的帮助作用和参考价值。

第一章主要介绍了团体操的起源、概念、特点、作用及构成要素等基础知识。第二章主要介绍了团体操创编的程序。第三章重点介绍了队形的分类、队形变化的方法，图案的创编方法，效果预测等知识。第四章主要介绍了表演动作的分类，集体配合方法的分类并列举了大量的实例。第五章主要介绍了团体操表演中的艺术装饰。第六章主要介绍了团体操的训练内容与方法、表演的组织指挥及表演场地的布置方法。在书中，对团体操的队形变化方法、表演动作分类、集体配合方法等，作者都提出了新的划分，力求逻辑清晰，划分全面准确。此外，在本书中首次提出了预测团体操队形及图案效果的方法、复杂队形变化过程标示方法、在基本标志点上直接标示坐标号的表演场地标志点坐标标示方法及模仿光芒等新的集体配合方法。这些新的观点和方法，是作者多年团体操编排训练经验的结晶，很多内容已经在公开刊物上发表，是作者多年来团体操研究成果的凝聚。希望这些新的观点和方法能为广大读者更好地掌握团体操的创编和训练提供有益的帮助。

由于时间仓促及作者水平的限制，本书中不免会有这样或那样的不足之处，恳请广大读者批评指正。

在本书的撰写过程中，得到了沈阳体育学院戈炳珠教授及在读研究生费兆国、仵雪松二位同学的大力协助，在此一并表示衷心的感谢。

作 者

2009年11月15日

目 录

第一章 团体操概述	1
第一节 团体操的特点与作用	1
一、团体操的概念.....	1
二、团体操的特点.....	1
三、团体操的作用.....	2
第二节 团体操的构成要素	3
一、表演动作及其集体配合方法.....	3
二、队形与图案及其巧妙的变化.....	3
三、艺术装饰.....	3
第三节 团体操起源及中国团体操发展简史	4
一、团体操起源.....	4
二、中国团体操发展简史.....	4
第二章 团体操创编原则和程序	10
第一节 团体操创编原则	10
一、思想性与艺术性相统一.....	10
二、民族特色和时代精神相统一.....	10
三、继承与创新相统一.....	11
四、突出体育特点全面锻炼身体.....	11
第二节 团体操表演的结构与高潮的安排	11
一、团体操的结构.....	11
二、表演高潮的安排.....	12
第三节 团体操创编程序	13
一、明确创编前提条件.....	13
二、制定表演方案.....	14
三、分场设计.....	17
四、绘制队形图及编写文字说明.....	17
第三章 表演队形及图案的创编	30
第一节 队形分类	30
一、入场队形.....	30
二、场内表演队形.....	33
三、退场队形.....	37
第二节 队形变化的方法与手段	38
一、队形及图案变化的方法.....	38
二、队形及图案变化的手段.....	44

三、测量移动路线长度	49
四、在队形变化中基准人、基准排的作用	51
五、设计队形注意事项	52
第三节 图案的设计	53
一、图案设计与绘制方法	53
二、组成复杂图案的方式	56
三、队形和图案编排过程中对效果的预测	57
四、设计图案的注意事项	66
第四章 表演动作的创编	67
第一节 动作分类	67
一、体育类动作	67
二、文艺类动作	72
第二节 团体操动作集体配合方法	72
一、一致完成动作	73
二、对称完成动作	73
三、交替起伏完成动作	73
四、依次完成动作	73
五、波浪完成动作	77
第三节 波浪分类及原理	77
一、波浪分类	77
二、波浪配合方法原理	78
三、各种波浪配合方法介绍	84
(一) 海浪	84
(二) 麦浪	85
(三) 旗浪	88
(四) 摆龙	89
(五) 卷龙	91
(六) 蛇形浪	96
(七) 锯形浪	97
(八) 圆立转	98
(九) 圆滚转	99
第四节 创编表演动作的要求	99
第五章 团体操的艺术装饰	103
第一节 团体操表演服装的设计与制作	103
一、表演服装的作用	103
二、设计表演服装的要求	103
第二节 团体操表演道具的设计与制作	105
一、道具种类	105
二、制作表演道具的要求	106
第三节 团体操表演音乐的创作与选择	108

一、团体操配乐方式	108
二、音乐配制的要求	109
第四节 团体操表演的背景	109
一、背景的作用	109
二、背景的形式	110
三、背景表演对看台的要求	110
四、背景的制作方法	111
五、低矮看台组织背景表演的方法	116
六、视觉变形问题的解决方法	116
七、背景表演的形式与指挥方法	117
八、背景表演人员的训练	121
第五节 团体操表演中的灯光色彩	124
一、灯光色彩的作用	124
二、设计灯光色彩表演的注意事项	125
第六章 团体操表演的组织与训练	126
第一节 确定表演人员并制订训练计划	126
一、确定表演单位和表演人员	126
二、制订训练计划	126
第二节 训练内容与方法	128
一、培养教练员和骨干	128
二、基本功的训练	128
三、表演动作的训练	128
四、表演队形与图案的训练	129
五、进退场的训练	129
六、音乐与口令的训练	129
七、候补队员的训练	129
八、训练中的思想教育	130
九、不同组织形式的训练	130
第三节 团体操表演的组织指挥	131
一、表演指挥系统	131
二、表演前的准备工作	132
三、表演人员集结	132
四、表演前检查工作	132
五、表演人员疏散	133
六、表演善后工作	133
第四节 表演场地的布置	133
一、布置标志点的方法	133
二、标志点坐标的标示方法	134
主要参考文献	138

第一章 团体操概述

第一节 团体操的特点与作用

一、团体操的概念

团体操是融体育、文化艺术、科学技术为一体,以体操动作为主、能表达一定思想内容的群众性集体表演项目。它是众多的表演者在体育场上,通过整齐优美的体操动作、舞蹈动作、武术动作、民间技艺等动作快速组成各种巧妙的队形变化和绚丽多彩的图案并配以音乐、服装、道具及背景灯光等艺术形式所构成的表演整体。

团体操按照表演规模的大小一般可以分成大型团体操、中型团体操、小型团体操三类。

大型团体操:大型团体操一般在大型的运动会或者重要的庆祝活动中进行表演,有丰富的艺术手段衬托。参加表演单位和人数都比较多,一般有成千上万的人参加表演。大型团体操常常由多个不同风格的场次构成,每个场次在统一的主题统领下,分别从不同的角度表达主题思想。表演总时间约为一小时或者更长。表演场次一般不少于五场。

中型团体操:中型团体操一般在中小型运动会上进行表演,艺术装饰比较丰富,参与的人数相对较少,表演人数一般在千人以上。表演时间较短,表演总时间30分钟左右。表演场次一般仅有三至四场。

小型团体操:小型团体操一般只有单场次,表演中使用的艺术装饰较少或较简易,表演总时间约为十几分钟。表演人数一般在千人以下。

团体操大部分在体育场或室外广场进行表演,中小规模的团体操也可以在室内进行表演。表演也可以在冰上或水中进行,但观众应该在有一定高度的看台上观看才能获得好的视觉效果。

二、团体操的特点

团体操作为体育与多种艺术紧密结合的一种集体表演项目有其独特的特点,这些特点主要体现在以下几个方面。

(一) 具有鲜明的体育特色和绚丽多彩的艺术魅力

团体操是以体育为主,体育与多种艺术紧密结合的表演项目,它在表演过程中融入了大量其他艺术形式,如:舞蹈、杂技、民间技艺等适合广场表演的艺术形式,并配以音乐、美术、服装、道具、灯光等舞美手段,使团体操表演不仅具有鲜明的体育特色,而且具有绚丽多彩的艺术魅力,成为了具有强烈体育艺术特色的广场表演项目。

(二) 注重集体配合, 注重整体大效果、远效果

团体操表演场面壮观、人数众多、气势宏伟, 在表演中为了获得整体大效果、远效果, 大量地采用各种集体配合的方法来完成各种表演动作, 这是团体操区别于其他艺术形式的特征之一。此外, 在团体操表演中, 常常由众多的表演人员通过快速巧妙的变化组成各种有象征意义的图案来表达主题, 这也是其他表演艺术中少有的。

(三) 群众演员是团体操表演的主体, 团体操具有广泛的群众性

团体操表演对表演者的要求并不很高, 表演人员绝大多数是学生、工人、农民、战士等非专业文艺工作者, 虽然也有专业的体育运动员和专业的文艺演员参与表演, 但群众演员是团体操表演的主体, 因而团体操具有广泛的群众性。

三、团体操的作用

团体操的作用主要有以下几个方面。

(一) 宣传作用

团体操表演不但能有效地为盛大节日、体育运动大会等增添热烈隆重的气氛, 同时能寓宣传教育于表演之中, 使观众得到健与美的享受和精神鼓舞。团体操表演可以生动具体地展示一个地区、民族, 甚至国家的传统文化、精神风貌, 反映一个国家或地区的政治、经济、体育、艺术、科技水平, 有效地弘扬民族文化和体育精神。在国家重要庆典活动及主办或承办的大型运动会中, 一部成功的团体操表演甚至可以起到振奋民族精神, 增强民族凝聚力的巨大作用。

(二) 体育作用

团体操中采用的动作很多是体操动作和舞蹈动作, 表演者通过团体操的严格训练和表演, 对于增强体质、养成良好的身体姿态有明显的作

(三) 美育作用

团体操是体育和多种艺术紧密结合的表演项目。通过团体操的训练和表演可以有效地培养参演者表现美和鉴赏美的能力, 提高审美意识和艺术素养。观众通过观看团体操表演也可陶冶情操, 得到美的享受。

(四) 德育作用

团体操作为一种集体体育表演项目, 表演中十分注重表演者之间相互的配合, 注重整体大效果, 这对参演者的组织纪律性有非常严格的要求。参演者的组织纪律性、集体观念对团体操训练和表演的成败至关重要。通过团体操的严格训练和表演, 对培养参演者吃苦耐劳的精神、坚韧不拔的意志品质、严密的组织纪律性、良好的团队合作意识和集体荣誉感等都有明显的效果。

总之, 通过团体操的组织、训练和表演对表演者和观众都起到教育和鼓舞作用, 激励人民热爱党、热爱祖国、勇于进取、奋发向上、同心同德进行社会主义现代化建设。

第二节 团体操的构成要素

团体操构成要素是指团体操所必须具有的用来反映主题、表现内容的重要的表演手段。团体操作为体育、文化艺术和科学技术紧密结合的综合性表演项目,有其自身独特的表演形式和“语言”。这是区别于其他表演形式的主要标志。

在团体操表演中,丰富多彩的团体操表演动作、迅速多变的队形图案和各种艺术装饰,是构成团体操的三大要素。

一、表演动作及其集体配合方法

团体操表演动作是指在团体操表演中为了烘托气氛、抒发情感、感染观众、表达主题思想所选用的各类适合于广场表演的身体运动行为。

团体操表演动作类型丰富,格调各异。主要由体操动作、舞蹈动作、武术动作、杂技和民间技艺等动作构成。团体操中的表演动作大多是简单易学、较为规范的、幅度大、对比强、远效果好的动作。根据团体操表演场面大、人数多的特点,采用全体一致做、对称做、交替做、依次做及各种波浪的集体配合方法完成。通过严格的训练,可以收到很好的表演效果,完成自身表现的任务。

团体操表演动作及其集体配合方法是团体操表现主题的主要手段之一,是构成团体操最基本、最高典型意义的一个要素。

二、队形与图案及其巧妙的变化

队形与图案是指为了烘托气氛、表现主题,由表演人员的不同排列组合来形成的各种几何图形乃至有象征意义的综合图案。队形变化是队形与队形的各种分离与组合,有特定意义的图案则是多种队形的综合。

团体操中的表演队形与图案是表现主题思想、题材内容的基本手段,用不同的排列组合方法可以使团体操的队形和图案千变万化、丰富多彩。结合各种艺术装饰及表演动作,可形成不同的表演风格和特点,表达不同的主题思想。比如:通常用“五角星”图案象征党的领导,齿轮图案象征工业的发展,连接的大方块或菱形象征农田,而用小范围的多变的队形来表现活泼愉快的内容等。团体操的队形图案丰富多彩,变化迅速巧妙,形象夸张而又求实,是团体操表现题材和中心思想最常用的主要手段之一,所以队形与图案及其巧妙的变化是构成团体操的另一个要素。

一场团体操的表演队形通常是由入场队形、场内表演队形和退场队形三部分组成。场内表演队形一般由散点队形、直线队形、带角队形、弧形圆形队形和综合图案五种队形构成。

三、艺术装饰

艺术装饰是指在团体操表演中为了更好地表现主题思想,提高表演的艺术性而使用的一些有助于提高团体操表演艺术效果的其他艺术形式。艺术装饰的作用是以其本身固有的艺术特点和方法丰富扩充团体操的表现力,提高艺术性,使表演达到艺术化,使体育和艺术紧密结合,从而构成团体操的艺术表现体系。这是现代团体操的一大特征。团体操的艺术装饰包括音乐、服装、道具、背景、灯光、

场地及舞台的设计、布景及其他艺术美化手段。

音乐、服装、道具和背景、灯光、舞美等各种艺术形式，虽然不尽相同，但它们都有各自的功能与特点，在团体操表演中同属于艺术范畴，具有相同的作用，即用来表现团体操内容的艺术形象，是现代团体操不可缺少的要素之一。

随着科学技术的不断进步，团体操表演中的艺术装饰手段也在不断创新，历届大型团体操的表演中都有一些新科学技术手段的运用，科学技术手段在团体操表演中的应用程度也是体现一个国家科学技术水平的窗口。

以上三个要素在团体操的作品中的和谐统一，使团体操兼具体育和艺术特色，成为一种能独立反映一定的思想内容，体现大效果和粗线条形象的综合性的群众体育表演项目。

第三节 团体操起源及中国团体操发展简史

一、团体操起源

现代团体操最初始于德国。1810年至1858年号称德国学校“体操之父”的阿特尔夫·施皮斯设立体操学校，采用了特殊方法作为班级体操练习的指导方法。练习时，在统一号令下集体进行秩序运动和行进间运动、器械体操、徒手体操、道具体操等，当时称之为“合同体操”，被认为是最能发挥指导效果的方法，在军队和学校广泛应用。到20世纪进一步发展为供人们观赏的体操，称之为“表演体操”，这与现代团体操的概念和内容很相似，可称之为团体操的雏形。俄罗斯现在仍然把团体操称为表演体操。

1892年，捷克及一些斯拉夫民族国家在庆祝“天鹰”体育协会成立那天，首次举行了规模盛大的团体操表演。

二、中国团体操发展简史

我国团体操起步晚于德国和捷克近半个世纪，随着现代体操从19世纪中叶开始传入我国，揭开了中国团体操发展史的序幕。

(一) 中国近代团体操

指我国鸦片战争(1840年)至新中国成立前的团体操活动。鸦片战争以后，美、英等国先后在上海、天津、北京等地开办教会学校，成立青年会，并设置健身房和体操器械，出现了早期的现代体操活动。清末，在北洋水师学堂和武备学堂等军事学校中，开始由外国教官传授兵式体操、徒手体操以及单杠、双杠、木马、平台、肋木、平梯等器械体操。1908年上海成立了中国体操学校，技术教学内容主要有徒手体操、兵式体操、武术及音乐舞蹈等。从此逐步影响着大、中、小学校的体育，在学校体育中徒手体操也逐步开展起来。徒手体操简单易行，可以组织大集体同时进行练习。徒手体操的内容统一，有明确的规格要求，所以在统一口令下做到动作整齐划一，甚为壮观。于是，由练操、会操逐步演变到在一些运动会上进行表演。团体操发展的基础是大集体练习的徒手体操，因此认为我国近代团体操的发展与徒手体操传入我国有着密切的关系。

从查阅历史文献资料可以看出，1907年在南京曾举行过一次由80多个学校参加的联合运动会，

称为“宁垣学界第一次联合运动会”。比赛和表演项目有兵式体操、普通体操、游戏、舞蹈、队列行进等69项。从规模和内容上奠定了团体操的最初基础。

1916年5月和1918年4月在浙江省举行了中等学校第一次和第二次联合运动会。团体操类的比赛和表演项目里包括徒手体操、轻器械体操、兵式体操，以连教练、排教练形式，在散点队形、纵队和横队上完成。这一阶段的比赛和表演是通过学校体育课和运动会等实现的，动作和队形两个要素简单结合，以集体演练形式进行，为我国团体操的发展开辟了道路。

“五四”运动后至新中国成立前（1919—1949年），这个时期反动统治腐败，不重视体育，团体操发展缓慢。

旧中国第一届至第三届全国运动会（1910年、1914年、1924年）的开幕式非常简单，没有任何表演项目。

旧中国第四届全国运动会（1930年），开幕式上由杭州组织近5000名小学生进行各种表演。

旧中国第五届全国运动会，于1933年10月10日至20日（民国二十二年）在南京中央体育场举行。开幕式上南京市41所小学学生2300余人身穿短袖蓝领白上衣、白长裤、白鞋，站成散点队形，表演“太极拳”。动作十余节，以口令指挥全体动作。这是旧中国第一次在全国运动会开幕式上表演具有一定规模的带有民族色彩的团体操。据当时报刊记载，南京市小学学生表演太极操，极为整齐，观众掌声如雷。

旧中国第六届全国运动会，于1935年10月10日至24日（民国二十四年）在上海大体育场举行。开幕式上，上海市组织36所学校的小学生共3000人表演了太极操。大会进行期间还穿插了童子军检阅与表演、学生军检阅、工人团体运动操表演、国术比赛和器械操表演等。

旧中国第七届全国运动会，在国民党政权崩溃前夕，于1948年5月5日至16日在上海江湾体育场举行。开幕式上，上海男女小学生共6000人参加大会操表演。这次大会操是以柔软体操形式出现的。学生站成横100人、纵60人、间隔距离为1米的散点队形，身着白上衣、蓝短裤和白鞋。所编体操的动作较简单（无背景表演和队形变化），在儿童乐队伴奏下操练整齐，甚为壮观，观众反映较好。

在旧中国，由于老一代爱国体育工作者的辛勤劳动，我国一些大城市如杭州、南京、上海、天津、北京和长春等地的运动会或学校运动会上，都曾组织过会操、集体体操和团体操表演。由简单的徒手体操发展到太极操表演，并逐步增加了少量轻器械体操和叠罗汉等动作。由一致动作发展到动作之间的高低起伏、对称，出现不同姿势和方向的一些变化。在队形方面，也由最基本的散点队形发展到纵队、横排以至简单的综合队形和图案。在艺术装饰方面，由简单的钢琴曲代替了口令，既能起指挥号令的作用，又能增加表演气氛。表演服装统一颜色，表演道具除增加少量常用的轻器械外，出现了极简单的小面积的组字，但与团体操的内容缺乏紧密配合。

在旧中国，虽然团体操开始与艺术初步结合，在各级运动会上列为表演项目，但是这些表演都比较简单，只能算是中国现代团体操的萌芽。而中国团体操的真正开端，应该说是新中国成立之后，在党和政府的亲切关怀下，团体操得到普及并迅猛发展。

（二）中国现代团体操

指中华人民共和国成立后的团体操活动。解放后最早的一次团体操表演，是在1949年10月22日至24日，在北京先农坛体育场举行的“北京市人民体育大会”上。这次大会是作为新中国诞生的一项庆祝活动而举办的，大会有各种表演项目和田径比赛项目。表演项目由参加单位自行创作，内容包括体操（团体操、器械体操）、舞蹈（秧歌舞、边疆舞、唱游）和民间技艺等。表演后进行了评奖。新生中学的2400名学生分成16人一组的小菱形队伍，在腰鼓伴奏下步入会场，然后进行队形变化、组字，最后组成一个硕大的五星，并从中央放出和平鸽。他们的表演获得本届表演特别奖。华北大

表演的“万岁！中华人民共和国”、北师大附小表演的“老鹰捉小鸡”、回民学院表演的叠罗汉、光华女中表演的“大团结操”等，也获得奖励。各大行政区（东北、华北、西南、中南、华东，西北）均派出参观团参观，对全国体育界影响较大。此后，北京、上海、天津和旅大等城市也分别组织小型团体操表演，使体操动作与政治内容的结合成为一种趋势。

1952年8月在北京先农坛体育场举行的第一届中国人民解放军体育运动会上，进行了中小學生团体操表演。

1955年6月我国应邀派出了以蔡树藩为团长、钟师统为副团长的体育代表团，参加捷克斯洛伐克第一届全国运动会。应邀参加的还有苏联、波兰、匈牙利、蒙古等代表团。中国代表团人数最多，以北京体育学院学生为主体，160余人组成，参加了团体操和器械操表演。团体操在捷克有近百年的历史，普及之广，人民喜爱之深，是其他各国不能与之相比的。开幕式一下午表演了4场团体操（每场表演时间约40分钟），每场表演内容和人员都不相同。第二天下午，捷方特别邀请了中国代表团共同表演。中国代表团表演了男女生的徒手操、棍棒操，在表演精彩的连续筋斗时，从空心体操棒中抽出“平伞”道具迅速组成中、捷两国国旗，赞颂中捷两国人民的友谊，顿时全场形成高潮，有些观众看呆了。次日，布拉格的报纸刊登了中国代表团表演的消息、照片与评论，给予了很高评价。第三天晚上在其他运动场，捷方又组织了团体操表演专场，中国代表团是唯一受邀表演两次的代表团。我们首次出国表演团体操获得巨大成功。同时，在观摩捷克斯洛伐克等外国团体操表演的过程中，我们也学习到不少知识，得到启发，对我国团体操的发展起了促进作用。

代表团回国后，受到贺龙同志的赞扬。他指示将表演的团体操改编扩大，在第一届全国工人运动会开幕式上表演。1955年10月2日在先农坛体育场举行的第一届全国工人运动会开幕式上，北京体院和另外两个单位联合表演了较大型的团体操。第一场由北京市工人表演广播体操；第二场由北师大附中女学生表演体现“幸福生活”的团体操；第三场由北京体育学院1300余人表演宣传“第一个五年计划”的团体操。这次表演第一次配有简单的小面积的组字背景。党和国家领导人刘少奇、朱德、周恩来等同志第一次观看了团体操表演。这是全国大型运动会开幕式专场团体操表演的开端。

1956年8月在青岛举行的第一届全国少年运动会开幕式上，青岛市组织1200名男女中学生表演了主题为“在党的阳光照耀下健康成长”的团体操。

1959年5月在北京先农坛体育场举行了第二届中国人民解放军体育运动大会。开幕式上由北京市6700名中小學生表演了“儿童操”“工人操”“农民操”和“少女操”四场团体操。

1959年9月在北京新建的工人体育场举行了新中国第一届全国运动会。当时主持国家体委工作的贺龙同志要求大会组织得隆重、精彩，出好成绩，向国庆10周年献礼。为了完成开幕式团体操表演任务，1958年8月，组成了团体操编委会。经过一年多筹备、创编和训练，在第一届全国全运会开幕式上表演了有8000余名大、中、小学生参加的大型团体操“全民同庆”。这次表演虽然还未组织看台背景，但是，无论从规模、组织和编训工作等方面，都为我国组织编训大型团体操提供了经验，初步建立了我国团体操表演体系。它第一次在统一主题指导下，将五个场次的表演有机地组织在一起，形成一个整体，并且用音乐指挥全部表演。团体操采用了民族舞蹈、武术和技巧动作以及符合各场特点的服装、道具等，鲜明地反映了我国团体操的民族特点与风格。

1965年9月在北京工人体育场举行了第二届全国运动会。周总理指示全运会要“开得好，开得精彩”，国家体委决定在开幕式和闭幕式上再次组织大型团体操表演。经过一年零三个月的准备、组织、创编和训练，在开幕式上成功地表演了由“序幕”“高举革命火炬”“自力更生奋发图强”“人民公社好”“紧握手中枪”“红色接班人”“将革命进行到底”七个场次组成的大型团体操“革命赞歌”。第一次出现由8658人组成的巨大看台背景，密切配合场内表演，使表演主题更加鲜明突出，画面形象、生动，有效地扩大和美化了表演场面。同时在动作和队形变化方面有不少的创新，服装、道具向民族化、体育化方向又迈进了一大步。音乐也以不同的乐队演奏不同风格的乐曲，使之更加符合各场

团体操的风格与特点。总之，大型团体操“革命赞歌”第一次使看台背景和场内表演浑为一体，主题更加鲜明，场面更显雄伟新颖、气势磅礴，大大增强了团体操的表现力和艺术性，使我国团体操的思想性、艺术性和体操技巧达到和谐统一，是我国团体操的一次突破性飞跃。

“革命赞歌”表演反响很大，得到了党和国家领导人的高度赞扬，国家主席刘少奇同志亲自授予创编组每个成员一枚“体育运动荣誉奖章”。国际友人称赞团体操的组织工作“太严密了，组织工作只有中国才能做得这样好”。

1972年6月在首都体育馆举行全国五项球类运动会，开幕式上由400名儿童表演了团体操，这是首次在馆内表演团体操。7月2日在工人体育场举行闭幕式，表演了“群众体育活动广泛开展”“在大风大浪中锻炼成长”“社会主义体育朝气蓬勃”“团结起来争取更大的胜利”四个场次的团体操，有3360人参加场内表演，4500人组成看台背景的表演。1972年9月在首都体育馆举行的第一届亚洲乒乓球锦标赛开幕式上又表演了团体操“小松树快长大”。其主题歌曲“小松树快长大”给观众留有较深的印象并广泛流传。

1973年8月分别在烟台和长春举行的第一届全国中学生运动会开幕式上，组织表演了较大型的团体操“新一代”和“青春献给祖国”，并都有了背景配合表演，反应较好。同月在首都体育馆举行的第一届亚非拉乒乓球友好邀请赛开幕式上，表演了大型舞蹈、武术、杂技和团体操“银球传友谊”。这场团体操利用馆内灯光效果，采用火棒及红灯式的灯光道具，馆内灯光时亮时暗，暗时灯光道具齐放光彩，借助队形与动作变化构成绚丽壮观的场面，这是馆内表演最成功的一次。

1974—1975年间，在北京、天津等地还兴起了幼儿团体操表演活动，引起人们广泛的兴趣。朱德同志观看北京幼儿园小朋友表演的团体操，给予了赞扬。在此期间，一些省、市（如天津、上海、南京、杭州、石家庄、太原等）运动会开幕式上也组织了较大规模的团体操表演。

1975年5月在北京工人体育场举行的中国人民解放军第三届体育运动会开幕式上，军内第一次正式表演了16000名战士和学生参加的大型团体操“我们的队伍向太阳”。接着1975年9月在北京工人体育场举行的第三届全国运动会开幕式上表演了有22008人参加的大型团体操“红旗颂”。这次表演的规模是空前的，技术难度提高了，队形图案有不少创新。背景的组成由露头改变为不露头，使画面更加清晰，活动画面的手法也更加丰富。

1979年9月在北京工人体育场举行了第四届全国运动会。开幕式上又一次组织了有近16000人参加的大型团体操表演“新的长征”。这次创编构思突出了体育表演的特点，穿着均以运动服装为主，运用健美、体操、技巧、舞蹈和高空升降动作表现“新的长征”主题，博得观众好评。

1982年9月在内蒙古呼和浩特市人民体育场举行的第二届全国少数民族传统体育运动会开幕式上，组织了团体操“民族盛会”的表演。这是在我国少数民族地区首次组织的规模较大的团体操，受到了全国少数民族群众的欢迎。与此同时，有些省市如浙江、山西等地也组织了规模较大的团体操表演。

1983年9月在上海江湾体育场举行了第五届全国运动会。开幕式上以体育、文艺节目作为表演内容，有“蓝天彩虹”（飞机跳伞）、“群龙腾飞”（舞龙）、“蓓蕾初放”（儿童团体操）、“健美青春”（女生团体操）、“巧织锦绣”（纺织工人团体操）和“百花迎春”（大型歌舞）。这次表演没有背景配合，而是由1000人组成的合唱队在看台上伴唱，为团体操表演作了新的尝试。

1985年9月在北京工人体育场举行的第二届全国工人运动会开幕式上组织了有3000余人参加的文体表演，看台背景以举花的方式装饰，使开幕式的气氛更加活跃。

1985年10月第一届全国青少年运动会在河南郑州体育场隆重开幕，开幕式上组织了有12000人参加的大型团体操“奋飞”的表演，并配有大型看台背景的表演，受到河南省人民和各代表团的高度赞扬。荣高棠同志称之为具有全国高水平的团体操表演。

1986年8月3日在大连市人民体育场举行的第二届全国大学生运动会开幕式上，由地方和军事院

校的学生表演了分列式和团体操“奋进”。3000人参加表演并配有大型背景，展现了时代的风貌。1986年8月10日在新疆乌鲁木齐体育场举行的第三届少数民族传统体育运动会开幕式上，几千名各族青少年和文艺工作者表演了具有浓郁民族色彩的舞蹈和大型团体操“天山盛会”，并有大型看台背景配合。1986年8月11日在鞍山市体育场举行的第三届全国中学生运动会开幕式上，4300余名中小學生表演了大型团体操“攀登”，并有较大型的简单的组字背景配合。同一时期湖南湘潭市、湖北黄石市和江西南昌市，也都在省运动会开幕式上首次表演了团体操。

上世纪80年代截至1986年5月，应伊拉克、阿曼、委内瑞拉、尼日尔、孟加拉、博茨瓦纳等国的邀请，我国先后派出7批团体操专家赴各国讲学、培训，协助组织训练团体操。

1990年第十一届亚洲运动会开幕式大型团体操“相聚在北京”在中国北京工人体育场举行。开幕式表演得到了国内外各界人士的高度评价，萨马兰奇称赞说“这是我所见到的最好的开幕式表演”。

大型团体操“相聚在北京”的成功表演在我国团体操的发展史上写下了辉煌的一页。

进入21世纪以后，很多体育院校纷纷开设了团体操课程，培养了大批的团体操编排与训练的专业人才。随着国家的繁荣富强，团体操犹如体育百花园中的一株绚丽的鲜花，迎来了无限广阔的发展前景。团体操在大、中、小学进一步得到了推广和普及，很多学校都组织过不同规模的团体操表演和团体操比赛。团体操已经成为了学校体育和美育教育的重要手段。

在中国现代团体操的发展中，将永远地记载着两个人的名字：杨瑞雪和毛学信。他们对创建我国团体操的理论和实践，做出了重大贡献。

杨瑞雪（1922—1983）体操教育家、著名团体操专家。辽宁省沈阳市人。1942年毕业于伪满女子师范大学体育系。历任新京第一女子高等学校教师、吉林长白师范学院讲师、东北师大体育系系主任、体操教授。她曾任中国体操协会副主席、全国第五届政协委员。1979年她主持《日汉体育辞典》的编审和总审工作。

她多年从事舞蹈、艺术体操、团体操的教学、训练和研究工作，在学术上有较深造诣。1958年担任第一届全国运动会团体操创编组组长，1964年担任第二届全国运动会团体操创编组组长，同年参加中国体育代表团访问朝鲜。1973年，任中国体育代表团副团长，再次访问朝鲜。同年又任第三届全国运动会团体操编创处处长。1978年任第四届全运会团体操创编工作部副部长。1975年出访叙利亚，1980年赴伊拉克讲学。

她主编的大型团体操“全民同庆”“革命赞歌”“红旗颂”“新的长征”“银球传友谊”等，主题鲜明，结构严谨，气势磅礴，具有浓郁的中国民族特色和风格，富有强烈的感染力，得到了党和国家领导人的高度赞扬和国内外专家的好评。国家体委为了表彰她为发展我国团体操所做出的杰出贡献，先后于1965年和1979年两次授予她“体育运动荣誉奖章”。1986年被列为《中国体育大词典（体操卷）》团体操名人。

1981年招收我国首届团体操硕士研究生，为中国培养了第一代团体操硕士研究生。杨于1983年病逝，终年61岁。

毛学信（1930—2008）体操教授、著名团体操专家。江苏吴县人，1952年毕业于北京师范大学体育卫生系。从北京体育学院筹建起，一直在北京体育学院体操教研室任教并担任教研室的教学领导工作。历任中国体操协会委员及其所属教练委员会委员、北京市体操协会委员、北京市体操技巧运动委员会副主席和顾问。

1955年开始从事团体操实践活动。1955年6月随中国团体操代表团赴捷克斯洛伐克参加捷第一届全国运动会，进行团体操表演，任指导工作。1964年9月和1973年8月两次随中国体育代表团赴朝鲜访问。历任第一、二、三届全运会团体操创编组副组长，以及其他全国性大型团体操创编组负责人。毛与杨瑞雪教授合作创编的大型团体操在国内外享有很高的声誉。他为发展中国团体操做出了杰出贡献，1965年荣获“体育运动荣誉奖章”。

他于1975年突然患脑血栓形成症，造成右半身瘫痪。1977年开始，他以坚强的毅力克服脑伤与右半身残疾带来的各种困难，用左手写出了约12万字并附有400多张插图的中国团体操专著。1985年担任《中国体育大词典（体操卷）》团体操编写组的组长，并被列为《中国体育大词典（体操卷）》团体操名人。

他多年来培养了大批体操专业人才。20世纪50年代协助苏联专家为我国培养了第一批体操研究生，60年代独立地培养了又一批研究生。1982年起担任培养体操和团体操硕士研究生工作，为我国培养出第一代团体操硕士研究生。他领导的北京体育学院团体操研究小组，通过各种形式，积极热情地参加和指导全国一些省、市的团体操编训工作，为普及和发展我国团体操做出了积极的贡献。他于2008年病逝，终年78岁。

第二章 团体操创编原则和程序

第一节 团体操创编原则

团体操创编原则，是指在团体操创编过程中总结出来的所必须遵循的一些准则。这些准则是根据我国的国情在创编实践中提炼出来的带有规律性的经验。

一、思想性与艺术性相统一

思想性是指在团体操表演中所体现的思想意义。一部成功的团体操首先要具有鲜明的思想性。徒有艺术性而没有鲜明的主题思想内容，就会使表演变得华而不实，起不到教育作用。

在创编中除了要有鲜明的思想性之外，创编人员还需要用具体的手段表现出抽象的主题思想，必须有能表达思想内容的具体动作、队形图案以及其他艺术手段。创编人员需要用艺术手法去组合这些因素，使团体操表演的内容和手段富有吸引力，令人赏心悦目，使其能产生最佳的视觉效果和良好的心理效应，有效地吸引和感染观众，给人以良好的感觉，给人留下深刻的印象。团体操设计首先要符合上述基本要求，否则主题思想内容就不能很好地展现在观众面前和深刻地被观众所感受。

二、民族特色和时代精神相统一

这一原则要求创编人员，在设计和安排团体操表现内容与思想内涵上，要把民族特色和时代精神完美地结合起来。使团体操的表现内容和思想内涵既要反映民族风格特点，弘扬民族文化传统，又要体现时代精神，具有时代特征。

每个民族，由于不同的自然条件和社会条件的制约，必然形成自己独特的语言、习惯、道德、思维、价值和审美观念，从而形成民族特有的文化。民族精神是民族文化最本质、最集中的体现。在五千年的历史演进中，中华民族形成了以爱国主义为核心的团结统一、爱好和平、勤劳勇敢、自强不息的伟大民族精神。作为一个民族漫长历史的积淀与升华，这种精神已经深深地融入我们的民族意识、民族品格、民族气质之中，成为中华民族悠久历史文化的灵魂。

时代精神是一个社会在最新的实践中激发出来的，反映社会进步的发展方向，引领时代进步潮流，为社会成员普遍认同和接受的思想观念、价值取向、道德规范，是一个社会最新的精神气质和精神风貌的综合体现，是一个时代的人们在文明创建活动中体现出来的精神风貌和优良品格，是激励一个民族奋发图强、振兴祖国的强大精神动力。时代精神也反映一个时代人类社会发展变化基本趋势，并已成为世界绝大多数国家和人民共同的心愿、意志和精神追求。

在创编中，只有把团体操表现内容与思想内涵的民族特色和时代精神完美地结合起来，才能使团体操表演富有感染力，才能弘扬民族文化，给人们积极向上的精神鼓舞。