



集体舞

人民公社真正好

河南省群众艺术馆编
河南人民出版社



內 容 提 要

本書向花邊工人介紹：

“人民公社真正好”、“書信員真正好”這兩首詩歌，是工人們對人民公社的嚮往和對書信員的熱愛、中肯的批評和崇敬之情。

“歡度新年”表現了工人們愉快在公社裏，即將、集體勞動創造的偉大成就和人類共產主義的幸福心情。

“書面手”是一個花邊工人的自述小說，以花邊工人的生活為背景展開情節。

人民公社真正好

（詩歌）

作者：張萬生 田漢

向花邊工人介紹：花邊工人的生活、勞動、

生活、書信員的生活、書信員的生活、

地方、書信員的生活、書信員的生活、

作者：張萬生 田漢

1957年10月1日 第1版

1957年10月1日 第1版 1957年10月1日 第1版

1957年10月1日 第1版

1957年10月1日 第1版

1957年10月1日 第1版

- 1、人民公社真正好……………河南省群众艺术馆編 (2)
- 2、欢庆新年……………河南省群众艺术馆編 (6)
- 3、歌唱人民公社……………承德市文化馆楊志勤等編 (9)
- 4、多面手……魚喜書、陆忠卿等編舞、詞、曲,光东改編舞 (12)

二、人數：人數不限，男女均可，但一定要是雙數。

三、隊形：站成里外兩圈。

四、步法說明：

步法一、秧歌跳跌步：

第一拍：左腳向前跑出一
步，右腳自然抬起，兩手臂自
然向左擺動。

第二拍：右腳向前跑出一
步，左腳自然抬起，兩手臂自
然向右擺動。

第三拍：同第一拍。

第四拍：同第二拍。

步法二、秧歌步：

第一拍：左腳向前踏出一
步，右腳自然抬起，兩手臂自
然向左擺動。

第二拍：右腳向前踏出一
步，左腳自然抬起，兩手臂自
然向右擺動。

第三拍：同第一拍。

第四拍：同第二拍。

步法三、秧歌十字步：基本步
法和秧歌步同，只是要走出十
字狀。

第一拍：右腳向前踏出一

步，兩手臂向右擺動。

第二拍：左腳經過右腳前
踏到右斜前方，兩手臂向左擺
動。

第三拍：右腳直向后退一
步，兩手臂向右擺動，身稍后
傾。

第四拍：左腳退回原位，
兩手臂向左擺動。

作時，右十字先出右腳，
左十字先出左腳。

步法四、毬跳步（略）

五、作法說明：

（1）—（4）小節：秧
歌跳跌步。外圈先出右腳向逆
時針方向前進，里圈先出左腳
向順時針方向前進（如图一）。

（4）小節最後一拍時左
腳向前跳出一步，右腳于左腳
后自然抬起，同時兩手從胸前

向斜上方伸开然后放下。



(图一)

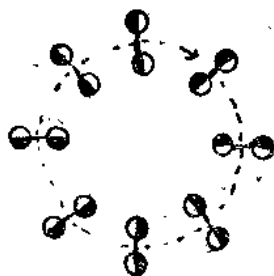
(5) — (6) 小节：秧歌步。第 (5) 小节，第一拍同时转身向相反方向前进，到音乐第 (6) 小节第二拍时，里圈和外圈都从右边转身，两人面相对。

(6) — (8) 小节：秧歌步跑起来。里圈外圈相互交换位置。外圈人从里圈人左边过。(如图二)



(图二)

(9) — (10) 小节：秧歌步。第 (9) 小节第一拍，里圈人左手和外圈人右手相拉，向顺时针方向前进。(如图三)



(图三)

(11) — (12) 小节：秧歌步。第 (11) 小节第一拍两人换手，里圈人右手和外圈人左手相拉，向逆时针方向前进，最后一拍松开手，里圈人向右转，外圈人向左转，两人面相对。

(13) — (14) 小节：秧歌十字步。里外圈人面相对，里圈作右十字步，外圈作左十字步。

(15) — (19) 小节：跑

跳步。第(15)小节第一拍，
里圈人左手臂和外圈人左手臂
相挽，右手臂自然摆动，相互
交换位置。(如图四)



(图四)

(19) 小节第二拍松开相
挽手臂，接唱第二段词，同第
一段词的动作。

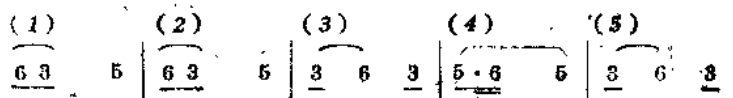
欢 庆 新 年

一、音 乐

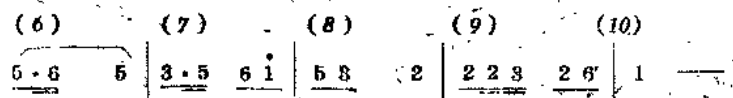
河南省群众
艺术馆编

1 = F $\frac{2}{4}$

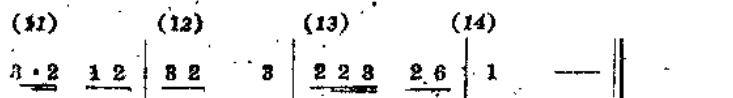
轻快、欢乐、跳躍地



响	鼓	喧	天	庆	新	年	庆	新
人	民	公	社	红	旗	展	红	旗
全	民	办	钢	力	量	大	力	量
丰	收	捷	报	飞	满	天	飞	满
隆	进	喜	事	唱	不	完	唱	不



年	躍	捷	到	傳	到	傳
景	各	建	处	前	处	前
大	項	設	向	前	向	前
天	鋼	产	翻	番	翻	番
完	丰	粮	堆	山	堆	山
	产	棉	成	年	成	年
	足	干	迎		迎	
		勁	新		新	



一呼	呀呼	呀呼	呀	到	处	傳
一呼	呀呼	呀呼	呀	齐	向	前
一呼	呀呼	呀呼	呀	翻	加	番
一呼	呀呼	呀呼	呀	堆	成	山
一呼	呀呼	呀呼	呀	迎	新	年

二、人數：人數不限。

三、隊形：二人面相對站成里外兩圈。（如图一）



（图一）

四、步法說明：

1. 秧歌步：

第一拍：左脚向前踏出一步，右脚自然抬起，兩手臂自然向左摆动。

第二拍：右脚向前踏出一步，左脚自然抬起，兩手臂自然向右摆动。

第三拍：同第一拍的动作。

第四拍：同第二拍的动作。

2. 小碎步：

第一拍：左脚向前踏出一步，脚后跟先着地，然后再压下

脚尖。

第二拍：右脚踏在左脚前，脚后跟先着地，然后再压下脚尖。走动时身体保持平稳。

3. 單跑步轉：

第一拍：右脚向右侧跳出一歩，脚尖向右，同时左脚自然踢起，身子向右轉90度。

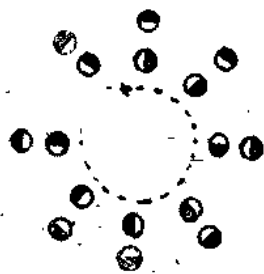
第二拍：左脚经过右脚前跳 to 右脚的右侧，同时右脚自然踢起，身向右轉90度。

第三拍：同第一拍的动作。

第四拍：同第二拍的动作。

五、作法說明：

(1) — (4) 小节：外圈人站着不动按音乐节奏拍手，里圈人先出左脚，秧歌步向逆时针方向轉一圈去找舞伴（如图二）。到(3)小节第二拍的后半拍跳起来，左脚向前稍踢出，右脚后踢。(4)小节第一拍，左脚收回落于原位，第二拍右脚落到左脚的右边与左脚合拢。



(图二)

(5) — (6) 小节：动作同(3) — (4) 小节的动作，里圈人向顺时针方向前进，外圈人向逆时针方向前进。(如图三)



(图三)

(7) — (8) 小节：两人互拐左手用小碎步向逆时针方向轉一圈回原位。(如图四)



(图四)

(9) — (10) 小节：两人互拐右手用小碎步向顺时针方向轉一圈。

(11) — (12) 小节：里外圈两人一起向逆时针方向走秧歌步。(如图五)



(图五)



(图六)

(13) — (14) 小节：里外圈两人一起作单跑步轉圈交換位置。(如图六)

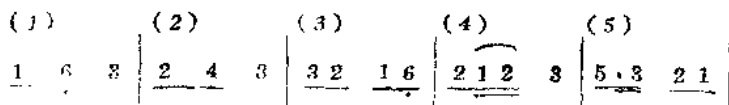
說明：二、三、四段的詞同第一段詞的動作。每段詞交換一次位置。

歌唱人民公社

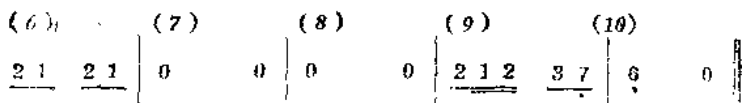
一、音樂

承德市文化館
楊志勤等編

$1 = F \quad \frac{2}{4}$



早 起 来，跳 起 来，人 民 公 社 办 起 来，大 家 来 呀



唱 呀 跳 呀，嗨！ 嗨！ 嗨！ 办 呀 么 办 起 来！

二、人數：人數不限。

三、隊形：外圈人多，里圈人少。

四、步法說明：

1. 左右踢。

第一拍：左脚原地踏一步。

第二拍：左脚原地墊一步，右腿向左側前踢起。

第三拍：右脚落回原地。

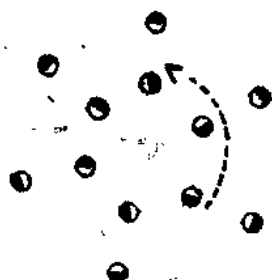
第四拍：右脚原地墊一步，左腿向右側前踢起。

2. 秧歌步（略）

五、作法說明。

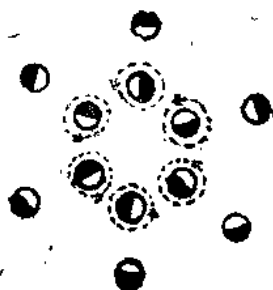
每兩遍音樂作一遍舞蹈。

（1）—（4）小节：外圈人拍手唱，里圈人邊唱邊向逆時針方向跳秧歌步。（如图一）



（图一）

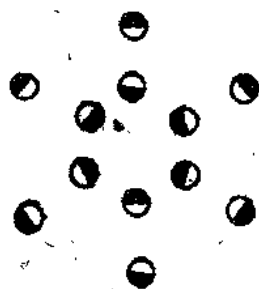
（5）—（6）小节：里圈人作左右踢（双手叉腰）。
（7）—（8）小节：里圈人从左自轉一圈，作秧歌步。（如图二）



（图二）

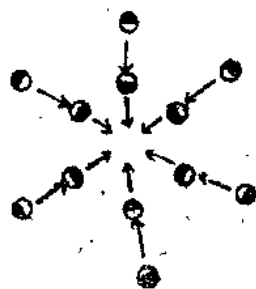
（9）—（10）小节：里

圈人向逆时针方向扭三步秧歌步，第四步向右轉找外圈被邀請的对象。双手平伸表示請的意思。二人面对面。(如图三)



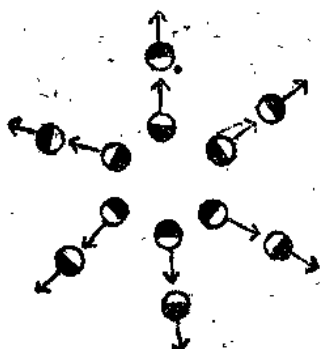
(图三)

(1) — (2) 小节：里圈人向里退，外圈人向里进，作秧歌步。(如图四)



(图四)

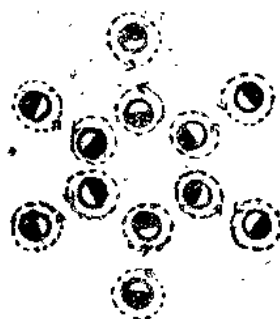
(3) — (4) 小节：里圈人向外进，外圈人向外退，作秧歌步。(如图五)



(图五)

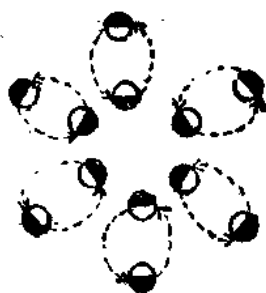
(5) — (6) 小节：里外圈每一对人，都是双手互相拉着平伸左右侧作左右踢。

(7) — (8) 小节：里、外圈人全作秧歌步自轉一圈。(如图六)



(图六)

(9) — (10) 小节：里圈人扭到外圈，面向里站好，外圈人扭到里圈。(如图七)



(图七)

說明：舞蹈再从头开始跳。

多 面 手

一、音樂

1=G $\frac{2}{4}$

石家莊專區舞蹈訓練班
焦喜書等編舞、詞、曲
陸忠卿等編舞
光東 改編舞

(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
$\overline{8 \cdot 5}$ $\overline{6 \cdot 1}$	5 —	$\overline{3 \cdot 5}$ $\overline{3 \cdot 2}$	1 —	$\overline{1} \quad \overline{1} \quad \overline{6}$
有 技 術，		有 文 化，		能 煉
千 勁 足，		鑽 勁 大，		跌 水
共 產 黨，		真 偉 大，		英 明
(6)	(7)	(8)	(9)	(10)
5 5	$\overline{3 \cdot 5}$ $\overline{6 \cdot 1}$	5 —	$\overline{3} \quad \overline{2} \quad \overline{1}$	6
鋼 鐵 種 庄 稼，		我 們 都 是		
奔 流 嘩 啦 啦，		我 們 都 是		
領 導 像 燈 塔，		指 引 我 們		

(11)	(12)	(13)	(14)	(15)
$\overline{6 \cdot 5}$ $\overline{6 \cdot 1}$	$\dot{2}$ —	$\dot{3}$. $\dot{3}$	$\dot{2}$. $\dot{1}$	$\overline{\dot{6} \cdot \dot{1}}$ $\overline{\dot{2} \cdot \dot{3}}$
多 面 手,		拿 起 槍	杆能保 國	
多 而、 手,		文 武 双	全 頂 佩	
向 前 進,		祖 國 遍	地 开 紅	

(16)

$\dot{1}$ —

家。
 佩。
 花。

二、人數：人數不限，但必須是雙數。

三、隊形：里外圈人數相等，面對面站好。一人必須對准一人。

四、步法說明：

1. 跑跳步：

第一拍：左脚墊一下，同時右脚抬起緊跟落到左脚前。

第二拍：右脚墊一下，同時

左脚抬起緊跟落到右脚前。

2. 小跳步：

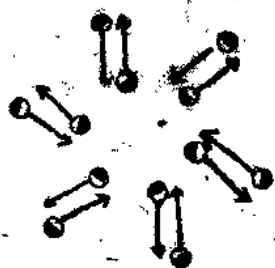
第一拍：左脚向前邁一步，右脚向後抬起。

第二拍：右脚向前邁一步，左脚向後抬起。

3. 秧歌步：（略）

五、作法：

（1）—（2）小节，秧歌步，里外圈交換位置，二人互相看着。（如图一）



(图一)

(3) — (4) 小节：秧歌步，回到原位置。

(5) — (6) 小节：小跳步，里圈向顺时针方向走，外圈向逆时针方向走，手自由摆动。

(7) — (8) 小节：小跳步，里圈向逆时针方向走，外圈向顺时针方向走，又回原位，手自由摆动。

(9) — (12) 小节：用小跳步，两手臂举起左右摆动，里外圈的人互绕一圈，又回到原位。 (如图二)



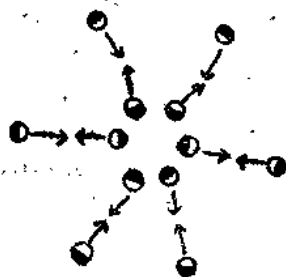
(图二)

(13) — (14) 小节：用跑跳步外圈向外跑，里圈向里跑。 (如图三)



(图三)

(15) — (16) 小节：用跑跳步，里外圈人交换位置。 (如图四)



(图四)

说明：二、三段唱词同一段调的动作。