

GONGHUIWENTIGONGZUOSHUYONGSHOUCE



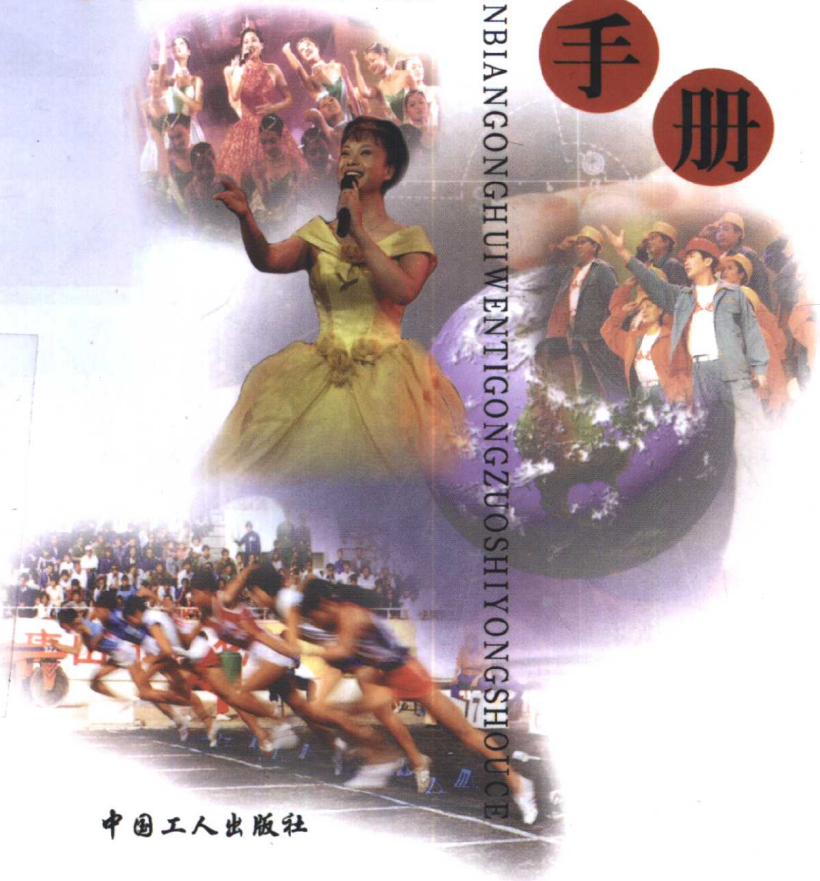
新编 XINBIAN 工会

文体工作实用

● 陈乐洋 朱维龙 主编

手
册

XINBIANGONGHUIWENTIGONGZUOSHUYONGSHOUCE



中国工人出版社

GONGHUIWENTIGONGZUOSHIYONGSHOUCE

 新编 XINBIAN
 工会
文体工作实用
手册

陈乐洋 朱维龙 主编

中国工人出版社

图书在版编目(CIP)数据

新编工会文体工作实用手册/陈乐洋,朱维龙主编. —北京:中国工人出版社,2002.1

ISBN 7-5008-2634-6

I.新... II.①陈...②朱... III.①文体活动-工会工作-基本知识-中国②体育活动-工会工作-基本知识-中国
IV.D412.65

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 075795 号

出版发行: 中国工人出版社
(北京鼓楼外大街 45 号,100011)
电 话: 发行部 (010)62005041/49
编辑室 (010)62005032
印 刷: 杭州市长命印刷厂
经 销: 新华书店北京发行所
版 次: 2001 年 11 月第 1 版
2001 年 11 月第 1 次印刷
开 本: 850×1168 毫米 1/32
字 数: 663 千字
印 张: 29.375 印张
印 数: 1~3000 册
定 价: 75.00 元

前 言

日月升落,四时交替。新世纪的第一缕曙光洒在中国这片辽阔大地上,显得格外灿烂耀眼;中国加入世贸组织、北京申奥成功、中国足球进军世界杯……一个健康、充满生机活力的中华民族正迈着矫健的步伐,昂首屹立于世界民族之林。新世纪为中国敞开了一扇成功的大门,进门的钥匙犹如江泽民所题词的那样:“全民健身,利国利民,功在当代,利在千秋”。

职工文化体育工作是我国社会主义文化体育事业的重要组成部分,也是党和政府精神文明建设和现代企业文化建设的重要内容。广泛开展职工文化体育活动,改善职工健康状况,强健职工体魄,充实职工文化生活,是党和政府历来所提倡和非常重视的。因此,在社会主义市场经济建设中,工会职工文化体育工作要在新的机遇和挑战面前,努力实现新的发展。

为了进一步推动工会职工文化体育工作,我们根据当前工会职工文化体育活动的新特点和新要求,组织编写了本书。本书特别注重知识性、实用性、新颖性和趣味性。在知识性上,我们力求概念准确,资料翔实;在实用性上,我们力求要点准确,简洁明了,操作规范,同时在提高组织者组织活动、策划能力等方面上给予新的探索;在新颖性上,我们力求内容和形式的新颖,着力体现现代生活气息;在趣味性上,我们力求将知识寓于趣味之中,使

参与者在增强兴趣的同时吸收到新的知识,使休闲娱乐和健身锻炼有机结合。

在本书编纂过程中,我们得到了工会理论界、学术界和有关专家学者的指导;同时,也汲取和参考了国内出版的有关书籍及散见于报刊杂志的资料,在此一并表示真诚的谢意!参与本书编写的同志有:吴淞女、陈乐洋、刘建设、陈善祥、杨雨浓、裴鸿炎、王一民、吴华、陶晓萍、朱大钊、王维生、王小爱、徐侃等同志。全书由吴淞女同志统编。

由于水平所限,本书可能存有诸多不足之处,敬请同行、学者及广大工会工作者不吝指正。

编 者

2001 年 11 月

目 录

第一篇 职工文化体育工作概述

1 职工文化工作	(3)
1·1 职工文化的产生与发展	(3)
1·2 职工文化的性质与特点	(14)
1·3 职工文化的地位与作用	(19)
1·4 职工文化的方针与任务	(27)
1·5 职工文化的内容与形式	(35)
1·6 职工文化的组织实施	(44)
2 职工体育工作	(56)
2·1 新中国职工体育的发展概况	(56)
2·2 职工体育的性质、特点和原则	(59)
2·3 职工体育的重要作用	(65)
2·4 职工体育的任务、内容和形式	(69)
2·5 新形势下进一步做好职工体育工作	(76)

第二篇 职工文化体育设施

1 文化宫 俱乐部	(87)
1·1 文化宫、俱乐部的重要意义	(87)
1·2 文化宫、俱乐部的活动要求	(90)
1·3 文化宫、俱乐部在改革中发展	(95)
1·4 文化宫、俱乐部的管理工作	(102)

2	图书馆 有线电视 剧场	(109)
2.1	图书馆	(109)
2.2	有线电视	(135)
2.3	剧场	(141)

第三篇 职工文化艺术基础知识

1	文学	(153)
1.1	小说	(153)
1.2	诗歌	(156)
1.3	散文	(158)
1.4	戏剧	(160)
2	音乐	(163)
2.1	乐理知识	(163)
2.2	三大唱法	(172)
2.3	声部知识	(174)
2.4	声乐演唱形式	(174)
2.5	乐器和配器知识	(177)
3	舞蹈	(194)
3.1	舞蹈概述	(194)
3.2	舞蹈的种类	(196)
3.3	舞蹈的艺术形式	(205)
3.4	舞蹈欣赏	(208)
4	曲艺	(211)
4.1	曲艺概述	(211)
4.2	相声	(212)
4.3	快板和山东快书	(218)
4.4	故事	(219)
4.5	小品	(220)
4.6	评书	(221)

4·7 评弹	(223)
5 魔术	(225)
5·1 魔术概述	(225)
5·2 魔术分类	(226)
5·3 小魔术介绍	(226)
6 美术	(241)
6·1 中国画	(241)
6·2 油画	(244)
6·3 版画	(245)
6·4 雕塑	(246)
6·5 水彩画和水粉画	(248)
6·6 年画	(249)
6·7 剪纸	(250)
6·8 工艺装饰画	(252)
6·9 漫画	(252)
7 书法 篆刻	(254)
7·1 书法	(254)
7·2 篆刻	(263)
7·3 书画装裱	(265)
8 摄影 摄像	(270)
8·1 摄影	(270)
8·2 摄像	(275)
9 收藏	(282)
9·1 集邮	(282)
9·2 集烟标	(284)
9·3 集火花	(285)
10 花 鸟 鱼	(287)
10·1 室内花卉装饰	(287)
10·2 花卉栽培	(289)
10·3 盆景	(292)

10·4 插花	(294)
10·5 养鸟	(295)
10·6 养鱼	(296)
10·7 钓鱼	(298)
11 谜语 彩灯	(301)
11·1 谜语概述	(301)
11·2 猜谜方法	(302)
11·3 制谜方法	(303)
11·4 怎样组织猜谜会	(305)
11·5 常见谜语集锦	(307)
11·6 彩灯	(356)

第四篇 职工体育运动与健身娱乐基础知识

1 球类运动	(365)
1·1 足球	(365)
1·2 篮球	(370)
1·3 排球	(375)
1·4 羽毛球	(379)
1·5 乒乓球	(382)
1·6 棒球、垒球	(384)
1·7 网球	(388)
1·8 台球	(392)
1·9 保龄球	(395)
1·10 门球	(397)
1·11 曲棍球	(398)
1·12 高尔夫球	(399)
2 田径运动	(400)
2·1 图解田径运动项目	(400)
2·2 短跑	(401)

2·3	接力跑	(401)
2·4	中长跑	(402)
2·5	跨栏跑	(402)
2·6	3000 米障碍跑	(403)
2·7	竞走	(404)
2·8	跳高	(404)
2·9	跳远	(405)
2·10	三级跳远	(405)
2·11	撑竿跳高	(406)
2·12	铅球	(407)
2·13	铁饼	(407)
2·14	标枪	(408)
2·15	链球	(408)
3	室内竞赛运动	(410)
3·1	武术	(410)
3·2	拳击	(411)
3·3	摔跤	(412)
3·4	举重	(412)
3·5	柔道	(413)
3·6	击剑	(413)
3·7	相扑	(414)
4	室外竞赛运动	(415)
4·1	射箭	(415)
4·2	射击	(416)
4·3	自行车	(418)
4·4	摩托车	(419)
4·5	登山	(419)
5	体操	(421)
5·1	竞技体操	(421)
5·2	团体操	(424)

5.3	艺术体操	(425)
5.4	技巧	(427)
5.5	健美操	(428)
5.6	第八套广播体操	(429)
5.7	木兰拳	(436)
6	游泳	(444)
6.1	竞技游泳	(444)
6.2	实用游泳	(446)
7	旅游	(451)
7.1	旅游类型	(451)
7.2	旅游六要素	(453)
7.3	全国主要旅游景点介绍	(455)
8	棋牌	(507)
8.1	陆战棋	(507)
8.2	跳棋	(508)
8.3	多米诺骨牌	(509)
8.4	扑克牌	(510)
8.5	麻将牌	(512)
8.6	桥牌	(514)
9	趣味游艺游戏	(517)
9.1	游艺游戏活动的类型	(517)
9.2	脑筋急转弯 98 题	(519)
9.3	游戏项目举例	(525)
10	我国传统健身养生法	(547)
10.1	五禽戏	(547)
10.2	易筋经	(551)
10.3	八段锦	(554)
10.4	简化太极拳	(557)

第五篇 职工文化体育活动的组织策划

1	职工文艺团队活动	(585)
----------	-----------------------	--------------

1·1 文艺团队的组织	(585)
1·2 团队活动的开展	(586)
2 联欢会	(588)
2·1 筹划阶段	(588)
2·2 准备阶段	(590)
2·3 进行阶段	(594)
2·4 结尾阶段	(596)
3 舞会	(597)
3·1 筹划阶段	(597)
3·2 准备阶段	(598)
3·3 进行阶段	(601)
3·4 结尾阶段	(604)
4 游园活动	(605)
4·1 筹划阶段	(606)
4·2 准备阶段	(608)
4·3 进行阶段	(611)
4·4 结尾阶段	(612)
4·5 游园游戏项目介绍	(612)
5 灯会	(624)
5·1 筹划阶段	(625)
5·2 准备阶段	(628)
5·3 进行阶段	(628)
5·4 结尾阶段	(631)
6 书法艺术活动	(632)
6·1 建立书法艺术组织	(632)
6·2 书法艺术活动的开展	(633)
6·3 普及书法艺术	(634)
7 体育运动会	(635)
7·1 筹划阶段	(635)
7·2 准备阶段	(638)

7.3 进行阶段	(640)
7.4 结尾阶段	(644)
7.5 竞赛项目应用表格	(644)
8 趣味体育运动会	(672)
8.1 趣味体育运动会的组织	(672)
8.2 单项趣味体育活动的组织	(673)
8.3 趣味运动 87 例	(675)
9 全民健身活动	(720)
9.1 全民健身活动的宣传	(720)
9.2 几类常见的全民健身方式	(723)
9.3 民间体育锻炼方法	(725)
10 旅游活动	(731)
10.1 筹划阶段	(731)
10.2 准备阶段	(733)
10.3 进行阶段	(738)
11 自助旅游活动	(740)
11.1 旅游前	(740)
11.2 旅途中	(743)
11.3 自助旅游中的其他注意事项	(746)
11.4 自助旅游“三防”	(747)
11.5 驾车出游提示	(750)
11.6 骑自行车出游提示	(752)
11.7 怎样利用网络助游	(753)
11.8 旅游投诉电话录	(756)
12 时政宣传教育活动	(757)
12.1 筹划阶段	(757)
12.2 准备阶段	(760)
12.3 进行阶段	(762)
12.4 结尾阶段	(762)
13 展览会	(763)

13·1 筹划阶段	(763)
13·2 准备阶段	(764)
13·3 进行阶段	(766)
13·4 结尾阶段	(766)
14 参观活动	(767)
14·1 开展参观活动的目的与意义	(767)
14·2 参观活动的组织	(767)
15 科普活动	(770)
15·1 筹划阶段	(770)
15·2 进行阶段	(772)
16 读书活动	(773)
16·1 筹划阶段	(773)
16·2 准备阶段	(774)
16·3 进行阶段	(776)
16·4 结尾阶段	(778)
17 演讲活动	(779)
17·1 筹划阶段	(779)
17·2 准备阶段	(780)
17·3 进行阶段	(783)
18 知识竞赛活动	(794)
18·1 筹划阶段	(794)
18·2 准备阶段	(797)
18·3 进行阶段	(800)
18·4 结尾阶段	(802)
19 演唱比赛	(803)
19·1 选择比赛类型	(803)
19·2 演唱比赛的组织	(804)
19·3 几点提示	(805)
20 班组娱乐活动	(806)
20·1 班组娱乐活动的准备	(806)

20·2 班组娱乐活动的开展	(807)
----------------------	-------

第六篇 节日活动

1 重要节日活动	(811)
1·1 国庆节	(811)
1·2 七·一建党纪念日	(815)
1·3 八·一建军节	(820)
1·4 五·一国际劳动节	(824)
1·5 五·四青年节	(827)
1·6 三·八国际劳动妇女节	(831)
1·7 六·一国际儿童节	(833)
1·8 抗战纪念日	(837)
1·9 学雷锋纪念日	(840)
1·10 教师节	(843)
1·11 护士节	(845)
1·12 母亲节	(848)
1·13 父亲节	(850)
1·14 元旦	(852)
1·15 春节	(857)
1·16 元宵节	(867)
1·17 清明节	(870)
1·18 端午节	(872)
1·19 乞巧节	(875)
1·20 中秋节	(876)
1·21 重阳节	(880)
1·22 圣诞节	(884)
1·23 植树节	(886)
1·24 世界无烟日	(890)
1·25 世界环境日	(892)
1·26 国际消费者权益日	(894)

2 我国少数民族传统节日	(898)
2·1 布依族的“跳花会”	(898)
2·2 达斡尔族的“阿涅节”	(899)
2·3 藏历新年	(900)
2·4 傈僳族的“刀杆节”	(901)
2·5 侗族的“花炮节”	(902)
2·6 壮族的“三月三”	(903)
2·7 崩龙族的采花节	(904)
2·8 白族的“三月街”	(905)
2·9 柯尔克孜族的“诺劳孜节”	(906)
2·10 傣族的泼水节	(907)
2·11 瑶族的“达努节”	(908)
2·12 京族的“唱哈节”	(909)
2·13 彝族的火把节	(910)
2·14 纳西族的火把节	(911)
2·15 哈尼族的“苦扎扎节”	(912)
2·16 哈萨克族的“阿肯弹唱会”	(913)
2·17 蒙古族的“那达慕大会”	(914)
2·18 土家族的“族年”	(915)
2·19 土族的“七月会”	(916)
2·20 仡佬族的八月节	(917)
2·21 高山族的“丰年祭”	(918)
2·22 回族的开斋节	(918)
2·23 水族的“端节”	(919)
2·24 苗族的赶秋节	(920)
2·25 景颇族的“目脑歌舞会”	(921)
2·26 毛难族的“庙节”	(922)
主要参考文献	(924)

第一篇

职工文化体育工作概述