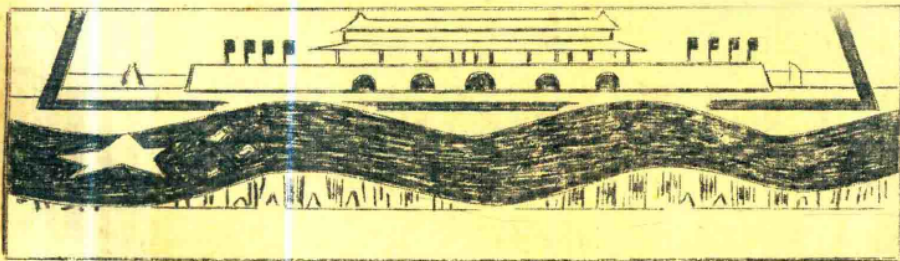


团体操

(全国团体操教练员训练班)



1980.7

前 言

为了适应国内外团体操发展的需要，国家体委委托北京体育学院举办了“全国团体操教练员训练班”。现将讲授内容印刷出版。主要内容有：团体操的概况、创编、训练和背景的理论及队形变化、集体配合动作和技巧造型实例等。由于时间和水平所限不免有许多不当和错误之处，欢迎批评指正。

编 著 毛学信 田赐福
 陆奕奕 李国英

封面设计 毛振明

目 录

团体操的概况及组织领导	1
团体操的创编	11
团体操的训练	27
团体操的背景	58
团体操中的表演队形	85
团体操中的集体配合动作	105
团体操中的技巧造型	115
团体操的场地布置	135

团体操的概况及组织领导工作

一、团体操表演的意义及目前发展情况：

(一) 团体操表演的意义：

团体操是一项集体的体育表演项目，它是开展群众性体育活动的良好手段。一般在运动场、广场或体育馆里进行。可有几百、几千甚至几万人以多种多样的形式，千变万化的队形、整齐划一的动作形成壮观优美，此起彼伏、场面宏大的表演，加上服装、道具、音乐、背景的配合是很受观众欢迎的一种综合性体育表演形式。

它的特点是场面大、人数多，而一般又都在节日；运动会的开、闭幕式；或是某一个特殊的庆祝活动时表演，因此增添气氛也是它的特殊任务。

团体操表演的意义可以概括以下三方面：

1. 通过团体操的训练和表演可以达到锻炼身体、增强体质目的。
2. 是开展群众性体育活动；进行组织、纪律性和集体主义观念等品德教育的一种手段，它在进行体育教育的同时又进行了美育教育。
3. 团体操通过一定的主题能反映我国人民的精神面貌、体育水平，而同样也反映了社会面貌和经济基础，达到一定的宣传教育作用。

(二) 发展情况：

1. 我国的发展情况：团体操在我国并不陌生，解放前有些前辈体育工作者也已从事过这方面的工作，有过一些表演，但是真正在统一的音乐、指挥下，有统一的服装、道具，表现一定主题的团体操，特别是大型的全国性活动那还是以解放

以后，在党的领导和关怀下逐步开展起来的，因此我们现在就只谈解放以后的发展状况。

五十年代在一些地区、一些省市运动会上逐步已有较大型的团体操表演。在全国性体操比赛时也有六人团体艺术体操比赛，它们利用一些轻器械、道具都带有一定的团体操性质，是后来团体操发展所选择的素材，而当时在苏联、捷克等东欧国家团体操比较盛行，55年7月在捷克斯洛伐克建国十周年庆祝活动中就举行大型团体操表演，当时邀请我国160人的体育代表团参加半日活动，并专门表演了“中捷友谊”团体操，这对我国团体操活动的开展又一次促进，是一个推动。当时的团体操是由苏联顾问协助我国体操教师共同创编的，有体操棍，自由体操接着就密排成两个方块队形出现了中、捷两国国旗，国旗前面出现了我国的民间体育表演：筋斗、皮条和爬杆。这次的表演特点是人数多，但反映了一定的体育水平和表演艺术在不知不觉当中突然出现了国旗，使当时观众目瞪口呆，而且不少观众还买票看第二次，捷克的报纸也反映我们的国旗出现简直是“神云鬼没”。再加上筋斗在飘动的红旗上翻腾，两旁襯托着爬竿的各种道具和惊险的皮条表演，又有体育水平又体现了民族风格，受到捷克人民的欢迎和赞扬。

随后55年10月第一届全国工人运动会上也表演了团体操共三场，由工会组织表演一场广播体操，女附中一场，体院一场，表演人数为一千二百人，最后组成轮1953~1957（第一个五年计划）。当时还组织了背景组字“和平万岁”；“锻炼身体，保卫祖国”。“锻炼身体，建设祖国”。

56年7月在青岛举行全国少年运动会，开幕式也组织了团体操表演，一千二百多人，全是初中学生，有徒手操，自由体操，最后组成“五星光芒”。

59年9月的第一层全运会团体操表演是这一阶段团体操发展的具体表现，是反映了当时各省市和我国团体操水平的。

58年开始筹备时就是在各省市的基础上调集了一些对团体操有经验的同志来北京筹备，先是各地带着自己的方案来开会，在方案的讨论和取舍过程中确定人选成立了团体操编委会，当时的操和分组情况也是按中学、小学、大学、体院这样组织的，因此本准备是各组编排一场适合自己特点的操，适当地排一下表演顺序为全运会表演。但在训练和创编过程中已经感到有一定的局限，因此为使其不重复作了一定的布局，各场操都具有本场的特点，把活泼的，优美抒情的，刚强有力的，有一定难度的，民族风格的都安排开，形成了“全民同庆”这个题目，分五场“幸福儿童”，“青春的花朵”，“群英比武”，“健美青春”，“祖国万岁”。表演总人数为七千八百二十七人，没有背景，表演时间为56分钟。

五十年代的团体操发展是处于由一、二场的表演发展到几场团体操的联合表演，由百来人到几千人，有单一形式到多种形式，不凡风格的表演，是从初级阶段发展到中级阶段，而且已开始形成了我国的团体操风格，成为一种体育表演项目，为它的单独成立打下了基础，在第一层全运会以后总结了团体操的理论依据，工作程序和创编的经验，体会。一直成为我们目前创编团体操的学习材料、依据和参考资料。

六十年代全国性活动主要是65年9月第二层全运会团体操“革命赞歌”，后来因文化大革命一直没有搞过其它活动。

65年以前有一些省市运动会也已搞几场的团体操表演，在筹备第二层全运会时去过广东等地学习参观。这次团体操在开始筹备时已经有第一层的经验，感到各场操应有一个完整的构思、统一布局，使它系统地反映一个中心意思，使几场操成为一个

完全的章节。因此创编工作的开始组织就和第一层不同，首先是学习、统一思想、共同设计总方案。在学习过程中一方面深入体验生活，另一方面学习其它国家的团体操经验，64年赴朝体育代表团有三名团体操创编人员观看，学习了它们的团体操，收获不小。使背景出现了一个飞跃的发石，组成了画石形背景，看台（背景台）与场内形成了一个整体，使团体操的主题思想更加鲜明，内容更加丰富。“革命赞歌”共七场，表演人数一万六千八百左右，背景画三十多幅，表演时间68分钟。当时的团体操表演轟动了北京市观众，也轟动了中外记者，更是得到了周总理的支持和毛主席的重视。背景的出现使看台上群众都为之震惊，毛主席观看后还把背景本找去亲自了解形成背景的方法。这次团体操的成功是几方面的努力；领导的重视，国外经验的借鉴，创编人员的努力，各表演单位的协作，学生们良好组织纪律性的保证，这些都是缺一不可的。表演成功还得到国家体委的最高奖，给团体操表演者全体发了一个特制的大奖杯，给创编人员发了“体育运动荣誉奖章”。这一次的团体操表演确是一次突破，使团体操水平达到了高级阶段。

七十年代初期体育界以“小球转动地球”开始，体育方面的外事往来促使国内也开始好转。72年6~7月的五项球类运动会，开幕式均有团体操表演，开幕式是在体育馆表演，闭幕式在体育场，同年9月第一届亚运会；欢迎伊朗王后；73年5月在烟台、吉林的全国中学生运动会；同时在北京举行的亚、非、拉乒乓球友好邀请赛开幕式上都表演了团体操，它是在室内表演，所用的道具是带亮的火棒与红灯，这是室内团体操的发石。直到75年9月第三届全运会团体操“红旗颂”的表演，基本上是二层“革命赞歌”的形式，只是更扩大、更丰富了。表演八场，总人数二万一千四百三十九人，80分钟；

背景画百幅。三层在二层的基础上虽然没有突出的、形式上的大变化，但在团体操技术上是发展了，表现为两点，一些具体以形的变化更有规律了。集体配合所形成的表演动作更加丰富、发展了。但另一方面由于文化大革命的历史条件强调为政治服务，强调路线斗争，因此在反映内容方面有牵强的现象，使内容与形式的统一性受到了一些破坏。

79年9月第四届全运会团体操“新的长征”是离目前最近的一次全国性大型团体操表演，它的特点是更注意了团体操表演的特点和强调了体育表演性质。因此不是采用过于具体的工农兵形象来表现，而是穿运动员服装，以健美、有一定技术水平的体操、技巧、滑降等高难动作以团体操形式表现我们对未来的信心、决心和一往无前的精神面貌来体现“新的长征”这个主题。共五场，一万五千七百二十六人，背景画百共31幅，时间是56分50秒。

七十年代全国性活动团体操表演大概为以上所提的一些，而这一阶段各省市的团体操活动更为普及。据目前所了解的有上海、浙江、山东、山西、北京、天津、吉林、内蒙、河北石家庄、广州、江苏、辽宁、黑龙江等都开展过团体操活动，而且各地的幼儿园有不少都表演过小型团体操，这是一个可喜现象。

从以上情况分析我国解放后三十年的团体操发展是逐步地、大幅度进展的。从规模看，由小型到大型，几百人发展到几万人的表演；由十几分钟一场操的表演发展到八十分钟、八场大型团体操的表演；从表演水平是由简单到复杂，开始只是场内的表演逐步发展成配合背景六十多幅画百表演；音乐是简单一种形式到多种形式；道具是由一般小道具到各种道具的变化，大型器械；从技术难度是由一般水平的体操动作到高水平的技巧。

造型甚至运用了空中滑降；而且最能体现团体操特点的集体表演动作越发展越丰富；从广泛性来看本来只是由几个地区、省市表演发展到全国性运动会的表演，又由全运会团体操表演带动了各省市、地区甚至广泛到一些学校、幼儿园等的普遍开展，而且从七十年代还逐步从国内影响到国外，我们已经有很多同志曾到过：阿尔及利亚、摩洛哥、多哥、阿尔巴尼亚、洛麦隆、加纳、尼日利亚、尼泊尔、黎巴嫩、马达加斯加、尼日尔、伊拉克、阿曼、委内瑞拉等国家开展过团体操工作。

2. 国外情况：目前国外情况大体可分这样几类：东欧——以苏联为代表、古巴等。亚洲——中、朝；日本、墨西哥都有自己的特点；非洲国家大部分为受援国，近期发展多些，基本上是属于中、朝一类；阿拉伯国家过去受援是由苏联目前转向中、朝；而大部分团体操项目援助过去清苏、捷为主，近期清朝、中为主。

苏联的团体操在五十年代活动较为频繁，捷克发展非常普及。当时我们有些留苏学生也都参加过他们组织的团体操表演，而且还专门组织晚场，不过苏联也是几年搞一次，捷克就更为普及、群众性非常广泛，不但学生，还组织一些代表性行业参加团体操训练和表演。譬如铁路系统，集体农庄等等，它们的组织形式一般是按各系统平时打下基础，近表演以前采取夏令营形式集中训练，这适合他们国家的民情，但开支太大。近期看到79年十七届全苏运动会团体操表演，最近（80年）6月26~6月29日捷克斯洛伐克进行了全运会，这次运动会没有其它项目全都是团体操，十七万人参加共十五套操表演了四天，年龄最小的为两岁半、最大的已七十。这一表演更体现他们开展团体操项目的群众性、普及为主。捷克的没有实际资料。过去的表演与目前苏联的表演看，它们的特点是体育性非常显

明，有一定的体育基础，动作有难度，他们所用的道具、器械也均以体育器械为主，采用少贵的大型道具只起“点睛”的作用。十七届全运会运动会上体育游戏也成为表演项目，他们的背景较为简单，佔用看台面积也不大，大都是图案形画布，但也很漂亮，变化不少，从着录像中观察不是用背景本，而是用各种颜色的布料或纸张。

中、朝的团体操基本上从五十年代开始发展，我国59年表演团体操以前还没有见过朝鲜的团体操，他们在介绍时也提到他们的团体操是从59年开始开尺起来的。61年的团体操还看得出是学我国的，而从63年开始朝鲜有突破，主要是背景。因此我们64年去观摩学习时感到背景的表现非常新奇，而且觉得有些莫名其妙，但当时场上表演确实也是一般，有很多内容与我国非常相似，因此在往后的互相学习中，彼此取长补短各有千秋。但总的来看因为朝鲜从59年以后有金日成首相的关怀，他们年力搞，为此从队形过渡等来看比我们的团体操更为严密一些，而且还常有突破，如背景的活动轨道等。但总体来看还可作为一类，特点是反映政治题材为主，采用体育形式甚至还借用接近体育的其它形式来共同完成反映题材的任务，大部分以学生为表演者，利用课余时间和假期作为主要训练时间，采取集中统一的组织形式进行创编与训练，优点是主题显明，内容连贯，要求一致。

操的特点：场内表演与背景能统一布局、有层次、有节奏、有高潮，场布壮丽有难度，变化多样有起伏，但要注意，避免忽视体育特点。

背景画布变化多，是“图画”形式，逼真，漂亮与场内配合密切。

为什么朝鲜发展会如此快呢？他们的特点是有一个集中机

构，专门研究操、背景以及道具器材与音乐，再加上经常表演，便于不断研究改进、提高、再创造，另外从表演者的组织形式是以学校包干的办法，哪几所学校负责某一场操，每个学校保证多少人负责某一块队形，利用统一安排体育课与体育活动时间来经常不断的训练，这样编和表演结合起来，加上经常训练，所以什么时候要表演都可以，只要在表演前合练几次就行，但也有不足之处，经常表演会影响一些学习。

日本不搞特别大型的，一般都是几千人在一定的时期组织一次，他的代表作为67年文化祭，体育特色与优美的艺术体操结合，有一定的集体体操造型，看起来象是活动的牙雕，有特色，有气魄，背景是图案画形式，但组织得很活泼，近几年一直没见过有大型团体操表演，在两次大型体育活动时所表演的团体操据说都不是大型的。

墨西哥很有民族特色，79年中学生运动会上表演了团体操，他们也是在一定的活动或运动会上组织团体操表演，而且也很动脑筋，曾利用蜡烛搞背景晚上表演，但很费钱。

近期亚、非、拉一些第三世界国家民族独立运动愈来愈扩大，因此在对青年进行的教育活动中常把组织团体操作为一种手段，又起到组织教育作用，又达到鼓干劲，反映青年一代精神面貌的最好形式，他们体育水平不高，而是需要反映一定的政治气氛，因此大都请中国或朝鲜去帮助搞团体操。

(三) 值得研究和探讨的几个问题

1. 目前团体操项目的开展，朝鲜是一种专门机构的组织形式，捷克是完全开展群众性体育活动的形式，而我国和其它大部分国家都是有一些基本成员，平时分散在各自的工作岗位上，在需要搞时再研究，编创，那么如何提高，如何发展，

值得考虑。

2. 对团体操表演所反映的主题思想，政治内容和艺术形式应如何理解？如何掌握：

3. 中、小学体育教材中是否应包括一些团体操形式的教材。

4. 在援外工作中如何运用各国的优点与本国的民族的特色与国情。

二、团体操的组织、领导工作

团体操工作涉及的面广，人多，工作内容也相当广泛，为了做到心中有数，我们把团体操筹备至表演结束这样一个完整的工作进程划分几个阶段，把各阶段所应进行的工作内容列出来。

(一) 准备阶段

1. 首先建立筹备组，筹备组任务：根据总的要求，条件确定团体操表演的大体规模——多少人，什么场地，表演时间的要求，与大会其它议程的安排。

范围——是中、小学生还是工厂或大学，能否用军队、或专业队人员等。

组织形式——是集中编训，还是统一分配任务，分别编训。

表演形式——专门的团体操表演还是和其它项目共同表演（如阅兵、球赛或与七项项目穿插进行）。

2. 根据以上情况确立组织领导机构。

团体操表演部（领导小组或核心组）下设：

办公室——秘书组：负责上、下；内、外的联系、各单位、各部门的协调安排。

政工组：政治工作的组织，思想工作的交流，

宣传活动的安排。

创编组——编训组：操、背景的创编和训练以及表演时的指挥。

音乐组：乐曲的创作、录音、表演时的配乐。

美术组：背景的设计、绘制；服装、道具等的色彩调配。

后勤组——服装、道具和背景本的制作、保管、分发；场地器材的准备和布置；交通安排，生活管理等。

以上组织机构的编制可根据规模而定，人员配备可根据工作进展顺序逐步完善。

3. 订出工作计划。
4. 提出财政预算。
5. 落实承担单位，下达任务。

(二) 创编阶段：

1. 首先抓方案的确定。
2. 具体进行操与背景的设计。
3. 根据操与背景的具体要求提出服装、道具的设计、器材、纸张、颜料等物资准备，并准备好道具（或代用道具）。
4. 根据操的要求编制或选配音乐。
5. 根据背景的需要修建看台等。

(三) 训练阶段：

1. 操的训练、修改、确定。
2. 背景的绘制、背景台、指挥台的布置以及背景的训练。
3. 音乐的录制或配曲和配乐练习。
4. 服装的制作以及使用正式道具。
5. 布置场地的标记、小旗、绳、尺等的准备。

(四) 表演阶段：

1. 服装、道具的分发。
2. 场地布置。
3. 节目单的准备。
4. 建立指挥系统。
5. 组织彩排，审查、预演、表演。

(五) 总结阶段：

1. 进行总结工作。
2. 服装、道具的收集或处理。
3. 整理资料。
4. 出版画册、书藉等工作。

团体操的创编

一、创编的依据：

团体操主要是一个表演项目，因此它不能只考虑锻炼价值，还要考虑它的表演效果和教育意义，因此要注意以下四方面：

(一) 以鲜明的主题反映一定的政治内容，一场操反映某一个中心问题，或者达到某一个主要目的都可以认为是鲜明的主题。例如：以强壮有力的徒手体操表现体质的增强；用一定难度的技巧造型动作表现群众性体育水平的提高；或以快速、有力、多变的动作表现人们积极、热情、干劲冲天的精神面貌等等。不要把鲜明的主题理解为明显的思想内容而去反映某一具体情节，安排那些团体操不易反映的内容。

鲜明的主题应指反映适合团体操表演的一定的政治内容，而不是所有的政治内容，更不是复杂的政治思想内容。

(二) 以集体的体育表演形式为主，首先是体育表演，但又

是集体而不是个人表演，要注意集体表演的效果。

(三) 操的编排以及与音乐、服装、道具、背景的配合要有艺术性。如果过多的采用各种艺术形式去反映主题就往往忽视团体操的体育特点。为此这里所指艺术性应该理解为操本身队形与动作之间各种编排的合理、巧妙；与音乐、服装、道具配合的协调一致；与背景、陪襯的互相衬托都是团体操是否具有艺术性的几个方面。千万不要过多地用舞蹈或哑剧等艺术形式出现。

(四) 要富有民族特色，多采用群众所熟悉、人民所喜闻乐见的形式；本地区、本民族所喜爱的图形；色彩；节奏等都属于民族特色，甚至体操动作本身也同样存在着民族特点。

以上四点是一个统一的整体，切忌孤立地、片面地强调某一方面，这是编操过程中很容易出现的问题，特别是如何表现主题，往往会从艺术形式；民族风格方面去考虑反映主题内容而忽略了团体操的体育特点。

二、创编的一般规律：

可分三步：——制定方案；分场设计；绘制队形图与编写动作说明。

(一) 制定方案。接受团体操任务时，首先必须了解清楚活动的性质、具体任务、时间要求、场地情况。然后作一些必要的调查、分析，了解能有多少人参加表演，表演者的条件、水平和训练时间；最好再进行一些参观、座谈，摸清团体操活动的开展情况；当地的风格习惯、民族特色；国内的重大政治生活内容、经济建设状况等；然后确定规模考虑初步方案。方案中应包括：题目、中心思想、场次、时间、人数、各场的主题、与背景配合的内容、音乐、服装、道具、主要内容、主要场面的大体安排与各场的风格、具体的表现形式。

1. 确定题目与中心意思，根据当时的形势、表演任务、活动性质确定题目与操的中心意思。例如：第二届全运会团体操的题目“革命赞歌”，中心意思是将革命进行到底。

四届全运会团体操的题目：“新的长征”，中心意思是为实现四个现代化而奋斗。

或者是“祝贺××××胜利召开”。中心意思就是庆贺。

还有一些常用的题目如：人民的胜利；前进吧！祖国；幸福的生活；美好的未来等等都是比较可取的题目。表演内容与表现形式都比较广泛，局限性小，符合团体操特点。

2. 确定场次，各场操的主题、时间、人数；以及选定背景台的适用面积、确定人数。

从确定场次和各场操的主题来看，主要是恰当的选择几个方面的内容来反映整个操的题目，使几场操的内容连贯成为一个整体。

一般常用的主题基本上有歌颂性的。歌颂革命成就、建设成就、体育成就以及歌颂去去、歌颂美好等等；欢庆性的、祝贺某一活动的举办，欢庆某一个胜利、庆祝某一个节日等等；另外还可以专门反映体育水平的主题或其它。

从各场操人数、时间的确定主要是人数，一般一场操为一千二百人左右，就能把一个四百米跑道的体育场填满，在人少的情况下也可采用扩大间距和缩小使用场地面积的办法，一般造人最好是可用人数的60%左右较为可靠，每场操时间以7~15分钟为宜，过长并不精彩，过短除入、退场外就没有内容了。

3. 在确定了主题的基础上选择能恰当反映主题的题材是相当关键的问题。题材问题也就是解决穿什么服装、用什么道具、采用什么形式反映什么内容配合什么背景的问题。这是制

定方案的中心问题。例如：三层全运会的“大庆精神放光芒”以强壮有力的徒手操反映了大庆工人的精神面貌配合“大庆人没冬天”的背景画面；以及全场的波浪动作与竖立的梯子结合起来反映了井架林立、波浪滚滚的壮丽场面与背景中油田远景配合起来更加雄伟，以它们来反映大庆精神真是一个恰当不过的表述，使人一目了然。

又如：四层全运会中的“继往开来”这个题材是全国人民的情怀，它采用了三种颜色的扇子反映这一主题，是一个很好的形式，扇子动作优美，深情，造型丰富，以黄扇子表现悼念，绿扇子表现缅怀，红扇子反映继往开来的决心和信心，是多么鲜明。

这些题材都具有很强的代表性和典型性，反映了人民生活中的大事，它容易被人们所接受、理解，而且也符合团体操的特点，适合中学生表演。而小学生用游泳圈、皮筋、球才是活泼、轻快的道具，因此在选择题材要切忌以下几个问题：

- (1) 具有典型意义的，能代表性的反映人民生活中的重大事件或精神面貌的。
- (2) 要选择适合团体操特点，便于用团体操形式所表现的题材，尽量运用具有体育特点的道具和服装。
- (3) 所选择的题材要适合表演者的年龄、水平、条件和训练时间。

4. 安排操的结构：对操的结构可有总体结构即：总体场次的顺序安排，分场结构即：每场操的段落，每段的典型场面层次与高潮的安排。这两方面都能影响表演效果，如总体结构要从内容连贯上考虑能更好反映题目的一方面，也应考虑各场的形式能够穿插有起伏，别把同类型的或形式近似的安排在一起。分场结构，一般每场操的安排要有一个精彩的开始，中间