

新體育小叢書

柳枝操

希施馬列娃等着 仇 標編譯



柳枝操

希施馬列娃 著
仇 標 編 譯

• 新體育小叢書 •



柳枝操

¥1800

作者：希施馬列娃等

編譯者：仇 標

出版者：北 新 書 局

上海復興中路541號

發行者：通 聯 書 店

上海山東中路中保坊

1—3000册

1952年7月初版

目次

柳枝操

一

綢帶操

一八

柳枝操

柳枝操

參加柳枝操的人數爲二十四人，它是適合女子表演的，分成兩隊，一隊的人都編做1號，另一隊的人都編做2號。

柳枝操是由華爾茲和馬祖爾卡音樂伴奏的。出場和退場由活潑的進行曲伴奏。

柳枝操共分四段，每段分上下兩部。每段的上半部由1號演出，表演的動作要鎮靜、緩慢，由慢速度的華爾茲或慢速度的馬祖爾卡樂曲伴奏。每段的下半部由2號演出，表演的動作迅速、輕鬆，跨着大的跑跳步，由有力、愉快的馬祖爾卡樂曲伴奏。

表演柳枝操要準備下列幾樣東西：

十二根大柳枝（桃枝、桂枝、柏枝等都可以，視當地的具體條件和天時來決定——譯者）或人工做的柳枝也能適用。大枝是2號拿的。

十二根小柳枝。小枝是1號拿的。

十二個花環。用花草紮在一個圓環上，圓環的大小和頭差不多，環上結兩條彩帶，它箍在2號的頭上。

服裝：成人——運動衣或花花綠綠的連衫裙；少年——穿少年兒童隊的服裝。

出場前，所有表演的人都在場地左後角（以演出者的角度來看場地）兩人一排地排成一縱隊，慢慢地走到場地後端的界線外立定。

（見圖1）

1號站在右邊，左手和2號同握大柳枝，

右手握小柳枝。



餘頭推

(圖1)

2 號站在1 號的左邊，兩手握住大柳枝，頭上撞着一個花環。在每段下半部的時候，她要把花環取下來表演動作的。

在進行曲的伴奏聲中，她們沿着場地的後邊前進，走到場地的右角，全隊立定。每排（兩人）向左轉，轉的方法見圖2，形成一橫

排，面對觀眾。

進行曲停奏。休

止了一會兒，開始奏

華爾茲（三拍子）樂

曲。

第一段

1 號開始動作。2 號立在原地，依照音樂的節拍把柳枝慢慢地向左右擺動。

上半部

第一小節

第一、二、三拍——右腳起步向右前方邁兩步，兩臂在下交叉。

第二小節

第一拍——右腳向前跨一步。



(圖 2)

第二、三拍——左脚伸在左後方舉起；兩臂分開，右臂舉到前上角，左臂伸到後下角；曲腰後仰。

第三小節

第一、二、三拍——左脚起步向左前方進兩步，兩臂在前面交叉。

第四小節

第一拍——左脚向前跨一步。

第二、三拍——右脚稍微向前跳起，右膝稍微彎曲；身體轉向右面；兩臂分開，右臂舉在後上角，左臂伸到前下角。（見圖3）

第五——八小節

重複第一——四小節所有的動作。

第九小節

第一拍——右脚跨前一步。



(圖3)

第二、三拍——右脚尖踮起，左腿彎曲向前提

起，小腿下垂，脚尖向下；兩臂前
平舉交叉；頭和兩肩向前俯。(見

圖4)



(圖4)

第十小節

第一拍——左腳向前跨一步。

第二、三拍——左腳尖踮起，右腳拖在後面向上舉起；兩臂向兩邊分開；身體用力後仰，頭也抬起後仰。（見圖5）



(圖5)

第十一——十二小節

重複第九、十小節的動作。

第十三小節

第一拍——兩腳交叉，右腳放在左腳前面，右腳尖踮起。兩臂在下交叉。

第二、三拍——兩臂由兩邊揮上，合成一個圓

圈；向左轉三百六十度；頭抬起，
眼睛看兩手。（見圖6）



（圖6）

第十四——十六小節

兩臂左右伸

直，用小步伐跑

到自己的位置

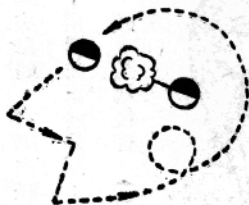
上。其路線可以

參閱圖7。

華爾茲樂曲

停止。休止了一

會兒，就開始奏馬祖爾卡樂曲。



（圖7）

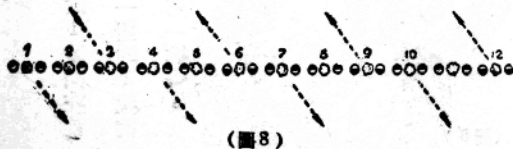
下半部

2 號從頭上取下小花環，左手握環。她們完全照 1 號的第一——十六小節的動作重複做一遍；可是所有動作從另一隻腳開始，方向也是完全相反的。

2 號做動作起來比 1 號要快得多，跳起來也輕鬆而有精神。

在 2 號表演的時候，1 號雙手握大小柳枝，隨着音樂的節拍把它們向左右擺動。

在最後四小節（從十三小節起至十六小節止）時，1 號手裏握着大小柳枝照圖 8 所表示的方法排成新的隊形，以便



第二段的表演。其走法如下：

第一、第四、第七、第十對的1號向左前方前進，走到第二、五、八、十一對的1號前面三、四步處立定，形成前排（第一排）。

第三、第六、

第九、第十二對的

1號向右後方倒

退，退到第二、

五、八、十一對的

1號後面三、四步

處立定，形成第三

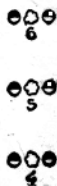
排。

等到1號隊形

改變以後，就形成

分三排的新隊形。

（見圖9）



（圖9）

2 號等到 1 號改變隊形後，她們必須走到原來的同伴（1 號）旁邊，仍舊站在她的左側，面對觀眾。

第二段

上半部

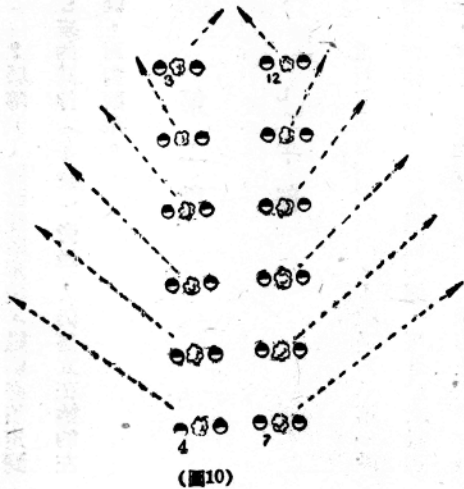
重新奏起華爾茲樂曲，1 號仍舊照第一段的動作從容不迫地重複做一遍，可是這次做起來，隊形已經改變了，在新的隊形上表演。做完了，都回到自己的位置上，站在同伴（2 號）的右側。

下半部

再奏馬祖爾卡樂曲，2 號在這個十六小節的音樂時間，重新做自己快速度的動作。

在音樂最後四小節時，1號又握了大小柳枝再改變她們的隊形，其改變的方法如下：

中間的兩行，就是第四、五、六、七、八、九、六對的1號向前走，兩邊兩行的1號就站到別人走開的位置上，就是第一、二、三、三對的1號站到四、五、六的位置上，第十、十一、



十二三對的1號站到七、八、九的位置上；形成兩行縱隊，好像一條林蔭小道。（見圖10）

第三段

上半部

在華爾茲音樂的伴奏下，1號向「林蔭小道」的中間移動，組成兩人一對，接着向前開步走，向左右分開，圍繞着2號環行。在音樂奏到十六小節以前，1號務須走回自己原來的位置上。

下半部

在馬祖爾卡音樂的伴奏下，2號重複1號的動作，並回到自己的位置上，仍站在1號的左側。

在音樂最後四小節時，1號握着大小柳枝