第一图书网, tushu007.com

<<中国古典舞技能技巧教程>>

图书基本信息

书名：<<中国古典舞技能技巧教程>>

13位ISBN编号：9787552300390

10位ISBN编号：7552300396

出版时间：2012-10

出版时间：上海音乐出版社

作者：刘华

页数：60

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

内容概要

《首都师范大学音乐学院教材系列：中国古典舞技能技巧教程》介绍了首都师范大学音乐学院作为北京市重点学科和北京市“211工程”重点建设学科，承担着为北京市和全国培养全面发展的艺术教育、艺术表演及创作人才的重任。
首都师范大学音乐学院历经近50年的发展，已构建起以音乐教育、作曲与作曲技术理论、音乐学和舞蹈学为主体的学科框架。
在近半个世纪的发展进程中，我院教师创作了一批优秀的音乐舞蹈作品，完成了多项教育部和北京市的研究课题，出版与发表了一批学术著作、学术论文，在学科建设、学术研究和人才培养等方面取得了丰厚的成果。

作者简介

刘华，1997年毕业于北京舞蹈学院中国古典舞系教育专业，获学士学位。
2008年毕业于北京大学艺术学院，获硕士学位。
现任首都师范大学音乐学院舞蹈系副主任、副教授、硕士研究生导师，北京舞蹈家协会会员。
1997年至今任教于首都师范大学音乐学院舞蹈系，教授中国古典舞基本功训练、中国古典舞技能技巧、成品舞与创作、剧目课等课程。
发表《关于普通高校舞蹈院系中国古典舞问题的思考》《营造和谐的舞蹈课堂气氛》《创新舞蹈教学的思维方式》等论文多篇，编创作品《荷塘月色》《瓷韵》等获得北京市舞蹈比赛创作二三等奖。
多次获得“桃李杯”舞蹈比赛园丁奖，以及“北京市高校优秀中青年骨干教师”。

<<中国古典舞技能技巧教程>>

书籍目录

前言 第一章概述 第一节中国古典舞技能技巧训练目的及特性 第二节普通高等师范院校中国古典舞技能技巧教材的结构特征 一、施教个性化 二、突出能力培养 三、专业针对性强 四、形式灵活多样 五、基础理论适度 六、阶段层次分明 第二章旋转训练 第一节垂直舞姿转 一、掖腿转 二、后腿转 三、跨腿转（男） 第二节拧倾舞姿转 一、大掖步转 二、斜探海转 三、扫堂腿（男） 第三节行进转 一、平转 二、跳平转 三、平转接技巧 第四节复合舞姿转 一、旋转和旋转的复合 二、旋转和跳跃的复合 三、旋转和翻身的复合 第三章跳跃训练 第一节基础跳 一、一、二、五位跳 二、五位换脚跳 三、五位跳加转身 四、变位跳 五、擦地小跳 第二节射雁、斜探海系列 一、小射雁跳 二、斜探海跳 第三节端腿、盘腿系列 一、端腿跳 二、盘腿跳 第四节掖、吸腿系列 一、掖腿小跳 二、拧身吸腿小跳 三、飞天跳 第五节大跳 一、凌空跃 二、吸撩腿跃 三、吸撩腿跃紫金冠 四、倒踢紫金冠 五、大射雁跳 六、摆腿跳（男） 七、单腿变身燕式跳 八、大赞步（男） 九、双飞燕（男） 十、摆帘（男） 十一、飞脚（男） 十二、旋子（男） 十三、立身蹦子（男） 十四、拉腿蹦子（男） 第四章翻身训练 第一节踏步翻身 一、踏步翻身 二、跳踏步翻身 第二节点步翻身 一、点步翻身 二、吸腿翻身 第三节串翻身 一、横线串翻身 二、圆圈串翻身 三、串翻身挂绞腿蹦子 第四节舞姿翻身 一、探海翻身 二、片腿翻身 第五章综合性技巧组合训练 第一节旋转组合 一、舞姿碾转组合一 二、舞姿碾转组合二 三、复合舞姿转组合一 四、复合舞姿转组合二 第二节跳跃组合 一、原地舞姿跳跃短句组合一 二、原地舞姿跳跃短句组合二 三、流动舞姿跳跃组合一 四、流动舞姿跳跃组合二 第三节翻身组合 一、踏步翻身短句组合 二、点步翻身短句组合 三、综合性复合翻身组合一 四、综合性复合翻身组合二 参考资料

章节摘录

版权页： 插图： 教学要点提示：1.双脚要求在高的半脚尖上小跳步，幅度不能太大，应以双胯的宽度为宜，双脚交替的速度要快，节奏要平均。
2.头的方向始终往行进的前方地面上看，留头、甩头。
3.可做行进也可做原地的，原地的要求脚每一次落地都往回落，回到开始的位置。
教学步骤：1.双手保持平伸手位，双脚交替跳跃练习，脚掌落地，小腿略微抬起不必过高。
2.初学时可全脚踩地，进行1／4、1／2的分解练习，腰部仍需保持胸腰的高度不变，翻身过程需经过前、旁、后、旁胸腰。
二、圆圈串翻身 准备位：面对1点，左脚为主力腿，右脚5点半脚踏步，双手呈一条竖线，右手指尖向上，左手指尖向下，下左旁腰。
做法：与串翻身相同，强调头部视线、双脚与手臂在翻身的过程中寻找圆圈的路线变化。
教学要点提示：头的方向要准确，要在横线串翻身的基础上多卷一些。
教学步骤：先在90度直角路线上练习，待正确掌握方位时再做完整的一圈。
三、串翻身挂绞腿蹦子 准备位：面对1点，左脚为主力腿，右脚5点半脚踏步，双手呈一条竖线，右手指尖向上，左手指尖向下，下左旁腰。
做法：与串翻身连接，在做的过程中加入绞腿蹦子，右脚上步推地起跳，左脚同时空中正吸腿，右脚紧接着正吸腿，空中形成双腿同时吸腿的过程，上身在翻身的过程中加速快翻（见图6）。
教学要点提示：1.右脚推地起跳时胯部要往上快提，手臂同时往上发力快翻身。
2.挂蹦子时双脚尽量高吸腿并紧。
教学步骤：翻身中加绞腿蹦子具有一定的技术难度，成为翻身与跳跃的复合技术，初学时可在翻身过程中先将动力腿吸起90度，同时主力腿做单推地跳起，先学会掌握翻身过程中经半蹲发力跃起。
第四节舞姿翻身 一、探海翻身 准备位：面对1点，脚左前丁字步，双山膀位。
做法：左腿直抬旁180度，上身双山膀，左腿脚尖向后180度环动，同时身体随着下胸腰经过掀身探海的过程（见图7—1、7—2）。
教学要点提示：1.左腿从旁到后环动时保持180度高度不变，脚尖向上延伸，空中经过掀胯打开到半脚尖落地。
2.上身经掀身之后手臂打开划立圆，在后腰时有一个挑胸腰的过程。
3.主力腿始终保持直立，胯根往上提，不要坐胯。
教学步骤：1.把杆上耗压旁、后腿，搬旁、后腿控制练习。
2.双手扶把杆直抬旁腿180度，环动到斜后180度，上身同时一只手打开掀身，主力腿同时立半脚尖，腰部保持下胸腰翻身落踏步。

编辑推荐

《首都师范大学音乐学院教材系列:中国古典舞技能技巧教程》是首都师范大学音乐学院教材系列。
首都师范大学音乐学院作为北京市重点学科和北京市“211工程”重点建设学科，承担着为北京市和全国培养全面发展的艺术教育、艺术表演及创作人才的重任。
首都师范大学音乐学院历经近50年的发展，已构建起以音乐教育、作曲与作曲技术理论、音乐学和舞蹈学为主体的学科框架。
在近半个世纪的发展进程中，我院教师创作了一批优秀的音乐舞蹈作品，完成了多项教育部和北京市的研究课题，出版与发表了一批学术著作、学术论文，在学科建设、学术研究和人才培养等方面取得了丰厚的成果。

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com