

<<少数民族歌舞健身理论与方法>>

图书基本信息

书名：<<少数民族歌舞健身理论与方法>>

13位ISBN编号：9787566000231

10位ISBN编号：7566000233

出版时间：2011-8

出版时间：中央民族学院出版社

作者：张涛，胡悦 等

页数：303

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>

<<少数民族歌舞健身理论与方法>>

内容概要

《少数民族歌舞健身理论与方法》一书是在中央民族大学校级自主科研项目——新兴与交叉学科研究项目基础上，形成的具有实践意义的教材类书籍。

全书共分六章，首先从民族学、体育学学理层面阐述与论证少数民族歌舞健身活动的科学性。

同时，作为教材类书目该书力求将理论与实践教学紧密结合，适时纳入少数民族歌舞健身操的采编与创编等教学内容。

在编排过程中力求保留吸收少数民族歌舞特色元素，在保持民族歌舞本色基础之上，积极与体育舞蹈健身操相结合，使少数民族歌舞健身操不失为展演民族文化，聚合民族向心力的重要载体。

并使创编后的少数民族歌舞健身操项目，更加符合体育教学中运动量与运动强度的基本要求。

教材整体提升了科研成果的可操作性，力求使科学理论研究更具实践意义。

<<少数民族歌舞健身理论与方法>>

作者简介

张涛，教授，回族，1965年生，新疆阿图什人。

体育教育学士、民族学硕士，中央民族大学体育学院副院长。

讲授体育人类学、排球、少数民族传统体育、篮球、网球等课程。

主要研究少数民族传统体育文化、民族高等院校体育教学管理，担任中国少数民族体育协会院校民族体育委员会常务委员，北京市大学生体育协会排球协会副主席。

出版专著《中国少数民族体育》（英、汉对照版）、《中国少数民族传统体育文化生态学研究》。

负责北京市教改立项项目《少数民族传统体育特色项目教学研究》，主编北京市精品教材《中国少数民族传统体育概览》、《民族高等院校体育教程》运动技能篇。

合著出版《民族传统体育教学与训练》。

主持项目包括：中央民族大学校级精品课程《排球教学与训练》，全国教育科学“十五”规划重点课题子课题《民族体育与生态环境》，中央民族大学“十五”科研规划项目《西北生态环境及其传统生活对该地区少数民族长寿人群形成机制的研究》，北京市教育科学“十一五”规划重点课题《少数民族传统体育纳入体育课程体系优化方案的论证设计与实施》，中央民族大学新兴与交叉学科研究项目《少数民族歌舞大众化健身研究》等。

公开发表体育科研论文30余篇，其中近20篇发表在核心期刊上。

胡悦，1980出生于陕西，2005年6月毕业于北京体育大学研究生院，获体育教育训练学硕士。

现就职于中央民族大学体育学院，从事健美操与民族传统体育教学与科研工作。

在职期间参与国家体育总局课题1项，校级课题6项，北京市教改1项，编写教材3部，发表论文14篇，其中6篇发表在核心期刊上，5篇获省部级论文奖。

<<少数民族歌舞健身理论与方法>>

书籍目录

第一章 少数民族歌舞健身的民族学阐释与体育学论证

第一节 少数民族歌舞健身的民族学阐释

- 一、汉文史籍记载的少数民族歌舞活动
- 二、少数民族歌舞的民族风格与地域风格
- 三、西南少数民族歌舞的民族志描述
——以云南省兰坪民族民间歌舞为例
- 四、黔东南台江反排木鼓舞的历史表述
- 五、台湾少数民族歌舞在变迁社会中的实践
- 六、内蒙古东北部传统安代歌舞音乐特征的采风描述
- 七、新疆刀郎麦西莱甫歌舞活动健身功效的民族学解读

第二节 少数民族歌舞健身功效的体育学论证

- 一、少数民族集体歌舞的娱乐健身价值
- 二、民族健身歌舞对大学生身体形态、素质、生理机能的影响
- 三、民族健身歌舞对大学生心理健康影响的实证研究
- 四、少数民族歌舞对体育教学的启示
——以中央民族大学校园锅庄为例
- 五、民族歌舞作为学校体育课程教学新内容的可行性探索
- 六、民族歌舞与传统体育2+1创新教学模式构建及应用

第二章 锅庄歌舞健身操编排与教学

第一节 女生班锅庄歌舞健身操

- 一、女生班锅庄歌舞健身操基本姿态与基本动作
- 二、女生班锅庄歌舞健身操练习组合
- 三、女生班锅庄歌舞健身操成套动作

第二节 男生班锅庄歌舞健身操

- 一、男生班锅庄歌舞健身操基本姿态与基本动作
- 二、男生班锅庄歌舞健身操练习组合
- 三、男生班锅庄歌舞健身操成套动作

第三章 维吾尔族麦西莱甫与萨玛歌舞健身操编排与教学

第一节 维吾尔族麦西莱甫歌舞健身操

- 一、麦西莱甫歌舞健身操基本手型与动作
- 二、麦西莱甫歌舞健身操练习组合
- 三、麦西莱甫歌舞健身操成套动作

第二节 维吾尔族萨玛歌舞健身操

- 一、萨玛歌舞健身操基本步伐与手臂动作介绍
- 二、萨玛歌舞健身操成套动作

第四章 壮族三人板鞋歌舞健身操编排与教学

第一节 三人板鞋歌舞健身操

- 一、三人板鞋歌舞健身操基本动作
- 二、三人板鞋歌舞健身操成套动作

第二节 三人板鞋街舞健身操

- 一、三人板鞋街舞健身操基本动作
- 二、三人板鞋街舞健身操成套动作

第三节 三人板鞋扇子歌舞健身操

- 一、三人板鞋扇子歌舞健身操基本动作

<<少数民族歌舞健身理论与方法>>

二、三人板鞋扇子歌舞健身操成套动作

第四节 三人板鞋爵士健身操

一、三人板鞋爵士健身操基本动作

二、三人板鞋爵士健身操成套动作

第五节 三人板鞋啦啦操

一、三人板鞋啦啦操基本动作

二、三人板鞋啦啦操成套动作

第五章 摆手歌舞与安代歌舞健身操编排与教学

第一节 摆手歌舞健身操

一、摆手歌舞健身操基本动作

二、摆手歌舞健身操练习组合

三、摆手歌舞健身操成套动作

第二节 安代歌舞健身操

一、安代歌舞健身操基本姿态与动作

.....

第六章 打跳歌舞健身操与达体歌舞健身操编排与教学

<<少数民族歌舞健身理论与方法>>

章节摘录

版权页：插图：强调歌舞地域风格的同质性是必要的，但是如果过分强调，以至于忽视异质性，就会阻碍民族歌舞的发展，不利于民族歌舞的繁荣。

因为民族歌舞的同质性和异质性的存在是必然的。

但歌舞文化有其特点，它是人体文化，如果人不去发展它，它本身是不会变化的。

所以，如果为求同质性，人为地妨碍歌舞地域风格形成异质性，就会使地域歌舞只存在同质性而失去地域歌舞存在的价值。

（2）异质性 地域歌舞风格存在异质性也是必然的、必要的。

即使是相同的民族，因居于不同的地域其歌舞风格必然形成差异。

因为歌舞的生态环境有了变化，使原来的歌舞风格发生嬗变。

如中国朝鲜族本与朝鲜半岛的居民是同一民族，生活在相同的地域，移居中国后在新的生存环境中使自己的歌舞风格发生了一些变化。

变化、发展并由此形成异质性风格特征也是必要的，这也同样是为了保持歌舞文化独立存在的价值。

前已论述，朝鲜民族歌舞共有的风格特征，相对于其他民族歌舞是个性，但相对于不同地域的朝鲜民族歌舞文化它又是共性，即同质性。

如果不同地域的朝鲜民族歌舞文化，只强调同质性，那么就不存在地域性差异，其文化也就失去了存在的价值。

因此，朝鲜民族歌舞要强调不同地域的异质性。

强调异质性是重要的，但如果忽视同质性，也同样不利于民族歌舞的发展。

因此，我们既要强调同质性，也要重视异质性。

地域歌舞风格是同质性与异质性的统一。

（朴永光 撰稿）三、西南少数民族歌舞的民族志描述——以云南省兰坪民族民间歌舞为例兰坪白族普米族自治县位于云南省西北部，怒江傈僳族自治州东南部，东北与丽江市玉龙县为邻，东部与大理白族自治州剑川县接壤，南接云龙县，西部由南向北分别与泸水县、福贡县接壤，北面紧接迪庆藏族自治州维西县，总面积4386.3平方千米，山地面积占95%以上，盆地占2%，属高寒山区农业县。

县城金顶镇（江头河），海拔2400米，距州府六库207千米，距省会昆明589千米。

年平均气温12℃，年降雨量719.5毫米。

全县辖4镇4乡、102个村民委员会、5个社区、914个村民小组。

2009年末总人口20.86万人，其中非农业人口2.84万人，占总人口的13.6%；少数民族19.76万人，占总人口的94.9%。

有白、普米、傈僳、彝、汉、怒6个世居民族。

人口自然增长率7.2‰。

兰坪地处滇西北高原，是边疆和内地的结合地带，由于各个民族的社会发展层次不平衡，各自都有独特的生产方式、生活方式和比较单纯的内部联系，也就产生了与之相适应的社会意识。

兰坪各民族文化艺术有着相当浓厚的原始性和朴素性。

它陪伴着每一个民族，从远古走到今天，也陪伴着每一个人走完生命的全部里程。

<<少数民族歌舞健身理论与方法>>

编辑推荐

《少数民族歌舞健身理论与方法》由中央民族大学出版社出版。

<<少数民族歌舞健身理论与方法>>

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>