

<<学生体育训练理论与方法>>

图书基本信息

书名：<<学生体育训练理论与方法>>

13位ISBN编号：9787801729224

10位ISBN编号：7801729226

出版时间：2008-1

出版时间：兵器工业出版社

作者：尹长江

页数：174

字数：170000

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>

<<学生体育训练理论与方法>>

内容概要

本书是在学习和借鉴古典芭蕾教学法的基础上，结合我国难美性项群的基础教学实践，总结出具有共同特点的、实用价值的形体训练理论与方法！

本书在编写的指导思想上与众多形体训练读本有很大的不同，以芭蕾形体训练为教学内容，着力在通过系统的旋律与节奏的梳理、心理与肢体的交汇、意念与感觉的延伸中，使运动员在“气质”上得到培养；在文化艺术修养上得到提高；注重形体训练与生理健康、心理发展及审美理论的阐述。换言之，没有高贵、文雅、疏朗、恬静的气质，芭蕾舞表演者就不能展示出那种举世公认的、带有西方贵族品质的“芭蕾气质”。

而这种“气质”正是在科学的、系统的、规范的、循序渐进的古典芭蕾舞基础训练中得以熏陶与锤炼

。

<<学生体育训练理论与方法>>

书籍目录

- 第一章 健美项群理论与形体调练
 - 第一节 健美项群理论
 - 第二节 形体训练与芭蕾形体训练
- 第二章 形体训练与芭蕾形体调练教学理论
 - 第一节 芭蕾形体训练的概念
 - 第二节 芭蕾形体训练的内容
 - 第三节 芭蕾形体训练的特征与要素
- 第三章 古典芭蕾舞艺术概述
 - 第一节 古典芭蕾艺术的溯源
 - 第二节 古典芭蕾艺术的形成
 - 第三节 古典芭蕾艺术的成熟
 - 第四节 现代芭蕾的崛起
 - 第五节 中国芭蕾的腾飞
 - 第六节 世界芭蕾艺术的发展趋势
- 第四章 芭蕾艺术欣赏
 - 第一节 芭蕾是人体艺术
 - 第二节 芭蕾是一门多媒体和综合性的艺术
 - 第三节 芭蕾是规范的艺术
 - 第四节 芭蕾是技术性很强的艺术
 - 第五节 芭蕾是长于抒情拙于叙事的艺术
- 第五章 芭蕾的学习方法
 - 第一节 教学方法在教学中的重要性
 - 第二节 动作技术教学的几个重要环节
 - 第三节 关节的柔韧性和应用方向
 - 第四节 外开性与稳定性
 - 第五节 肌肉的伸展与运动中的发力
- 第六章 形体训练与生理健康
 - 第一节 形体训练与生理学作用
 - 第二节 形体训练与生理学原理
 - 第三节 形体训练的生理测量与评价
- 第七章 形体训练与心理发展
 - 第一节 形体训练促进心理发展的原理
 - 第二节 形体训练促进心理发展的内容与原则
 - 第三节 形体教育促进心理发展的方案设计与要求
- 第八章 形体教育实施的方法
 - 第一节 “天之骄子”的单一素质
 - 第二节 形体教育实施的原则
 - 第三节 形体教育实施的方法

<<学生体育训练理论与方法>>

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>