

<<艺术体操>>

图书基本信息

书名：<<艺术体操>>

13位ISBN编号：9787811001501

10位ISBN编号：7811001500

出版时间：2004-6-1

出版时间：北京体育大学出版社

作者：沈芝萍

页数：109

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>

<<艺术体操>>

内容概要

艺术体操是一项新兴的体育项目，它在80年代以其独特魅力在各体育院校广泛开展起来，随着社会的发展，该项目在国内已产生了较大的影响。

除各体育院校已开设该项课程外，在部分大、中学的女生体育课中也逐渐开展起来，并深受广大女青年的喜爱。

由于艺术体操的理论研究工作、编排组合动作、艺术体操教学训练的资料较少，所以作者根据多年从事艺术体操教学训练及参加竞赛的实践，并参阅了国内外有关的文献资料编写本书，它可供体育院校、师范院系、大中小学体育教师进行教学和训练时参考，也可作为体育院系学生的艺术体操教材、补充教材或全民健身指导用书。

本书从理论上阐述了艺术体操的发展概况、特点、种类和内容，论述了徒手基本练习和持各种轻器械练习的基本动作做法与要求，并创编了一些组合练习和成套练习的素材，可供教师、学生和社会指导员们参考使用，希望能对一般的大、中学艺术体操的开展起到有益的推动作用。

<<艺术体操>>

作者简介

沈芝萍，女，1964年11月生。

1984年7月毕业于北京体育学院运动系。

现任浙江台州学院体育科学学院体育系主任，副教授，体操一级裁判。

1997学年评为台州市优秀教师，1998年评为青年骨干教师，2003年评为校学科带头人。

2000年-2001年为北京体育大学高级访问学者。

自1984年开始从事体操、艺术体操教学和训练工作，先后在《北京体育大学学报》、《体育学刊》、《体育文史》、《广州体育学院学报》、《西安体育学院学报》、《中国学校体育》、《浙东体育科学》等国内体育类核心刊物上发表学术论文20余篇。

王瑞玉，女，1944年6月8日出生。

副教授、国家级体操裁判。

1966年8月毕业于上海体育学院体操系。

曾先后在湖南省汉寿县任中学教师、县体校体操教练、省体校体操教练、省体工大队艺术体操教练，1986年调入宁波大学担任艺术体操和健美操教学、训练工作至今。

曾当选为宁波市江北区人大工表、校先进工作者、市优秀体育教师、全国优秀体育裁判员等，在《上海体育学院学报》、《武汉体育学院学报》等各极刊物上发表论文10余篇。

<<艺术体操>>

书籍目录

第一章 艺术体操概述 第一节 艺术体操的特点和内容 一、艺术体操的特点 二、艺术体操的种类 三、艺术体操的内容 第二节 艺术体操的价值 一、增进健康, 塑造健美体形 二、促进灵敏、协调素质的发展 三、实施美育教育, 提高鉴赏能力 四、发展智力, 培养观察记忆、想象、思维、创造能力 五、培养练习者的个性, 完善心理, 增强合作意识 第三章 艺术体操的发展概况 一、艺术体操的起源 二、艺术体操的发展 三、中国艺术体操的发展 第二章 徒手基本练习 第一节 基本姿态和基本部分 一、人体在空间的基本姿态 二、手臂基本部位 三、腿形和脚的基本部位 第二节 摆动和绕环 一、摆动 二、手臂绕环 第三节 步伐与舞步 一、基本步伐 二、基本舞步 第四节 波浪 一、手臂波浪 二、身体波浪 第五节 跳跃 一、原地一位跳、二位跳、五位交换跳 二、原地带身体动作的跳 三、踏跳 四、加洛普步 五、向前交换腿跳 六、向后交换腿跳 七、前摆转体180度跳 八、交换腿转体180度跳 第三章 持轻器械练习 第四章 艺术体操各种组合、成套练习示例

<<艺术体操>>

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>