第一图书网, tushu007.com

<<街舞理论与实践>>

图书基本信息

书名：<<街舞理论与实践>>

13位ISBN编号：9787811346428

10位ISBN编号：7811346427

出版时间：2010-3

出版时间：对外经贸大学

作者：张秋艳

页数：276

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书结合了国内外街舞相关文献的精华部分和现代国内大学生街舞运动的常见技术部分，不仅突出了街舞的知识性和技术性，理论和实践相结合的原则，而且在内容的选编上更注重街舞的基本技术和基本技能的培养。
本书在完成的过程中，先后拍摄了上百个视频和数千张照片。
文中的插图，特别是Breaking章节中的Power部分和Locking章节，插图几乎都是通过截屏获得的。
全书所选用的600多张图片使本书看起来更直观生动，并且针对图片动作，作者遵循对体育动作描述的一般规律，采用准确、精炼、易懂的文字进行解读，力争使读者对街舞的基本动作有深刻的理解，便于今后的学习和掌握。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

张秋艳，女，河南宝丰人，北京体育大学2003届体育教育训练学硕士。
毕业后从教于北京物资学院，担任本科街舞课程的教学和科研工作，同时担任校街舞社团和体育舞蹈社团的指导教师。

<<街舞理论与实践>>

书籍目录

第一章　街舞概述 第一节　街舞的起源与发展 第二节　街舞在我国的发展 第三节　街舞的定义与分类 第四节　街舞的基本特征 第五节　街舞的价值第二章　Hip-Hop文化 第一节　Hip-Hop的文化元素 第二节　Hip-Hop文化的发展第三章　街舞术语 第一节 街舞术语的概念、作用与创立原则 第二节　街舞基本术语分类 第三节　街舞术语的运用第四章　街舞教学 第一节　街舞课的基本类型 第二节　街舞课的结构 第三节　街舞课的授课条件 第四节 体育教学原则在街舞教学中的运用 第五节 街舞的教学方法第五章　街舞的创编 第一节　街舞成套动作创编的依据　第二节　街舞创编的元素　第三节　街舞成套动作创编的原则　第四节　街舞的创编过程第六章　街舞竞赛　第一节　街舞竞赛的意义　第二节　街舞竞赛的组织第七章　街舞常见运动损伤及防护 第一节　街舞训练产生疲劳的原因及其恢复手段 第二节　街舞训练常见运动损伤 第三节　街舞损伤的处理与预防第八章　街舞准备活动和整理活动　第一节　准备活动的定义和作用　第二节　街舞专项准备活动　第三节　街舞的整理活动第九章　Breaking　第一节　Breaking概述　第二节　Breaking常见技术动作解析　第三节　Breaking的训练方法 第十章　Popping　第一节　Popping概述　第二节　Popping常见动作解析第十一章　Locking　第一节　Locking概述　第二节　Locking常见技术动作解析第十二章　New Jazz　第一节　New Jazz概述　第二节　常见技术动作解析主要参考文献后记

章节摘录

插图：第二章Hip-Hop文化第二节Hip-Hop文化的发展Hip-Hop文化在尚未流行之前，是一种根植于帮派文化之中，为抗议美国白人的种族歧视，而由美国黑人所发动的反文化运动。
其文化是形成于一个充满文盲、贫穷、绝望与暴力的环境里，这种绝境中求生存的文化，流露出看似颓废却追求自由与创新的Hip-Hop精神，但也因其消极、颓废的外表以及在暴力环境下的形成，使得Hip-Hop常被人们误解为只是个充满颓废与暴力的痞子文化。
街舞存在于Hip-Hop文化的脉络下，也常被贴上不良的标签。
显然，目前的文化市场对街舞的重视还远远不够。
中国社会各界还以相当保守的观念看待街舞，拒绝接受它。
首先，人们不认同街舞“全副武装”的穿着打扮。
街舞文化最直接表现于服饰，印有夸张图像的宽大T恤、宽大拖沓的板裤（牛仔裤、运动裤）、篮球鞋、钓鱼帽（棒球帽、包头巾）、头发染色。
相应配饰则有：纹身、银质耳环耳股或者鼻环、墨镜、随身听、滑板车、宽大背包等。
年轻人服饰的变化，直接反映了街舞文化带来的影响。
但“全副武装”的Hip-Hop装饰，多少显得“异类”。
Hip-Hop原本表达的休闲随意的生活方式，在年轻一代身上被夸大化、极端化。
他们的极端装饰，除了构成“街头一景”外，也成为挑战传统男女“端庄典雅”形象的最大时尚群体。
其次，人们厌恶街舞劲爆现场的混乱。
Hip-Hop以劲爆、快节奏街舞音乐的发展流行，带动了正式舞场舞种与旋律的变化，对正式交际舞场产生了严重的冲击。
目前的年轻人狂热于迪斯科、摇摆爵士乐，认为这更能展示青春活力。
而最能展示男士绅士风度、女士典雅气质的优雅传统双人舞在年轻一代中却备受冷落。
佛罗里达州州立大学教授萨利·苏摩尔专门研究交际舞。
他指出：“交际舞正在改变，这很大程度上源自社会行为的变化。
”目前，一些正式舞场正在成为年轻人的街舞活动场所。
街舞的劲爆音乐和快速多变的怪异动作，不能被受传统思想制约的成年人所接受，他们认为类似的混乱现场，只有不良少年和不务正业的人才会涉足。
对此，他们表现出了反对和批评的态度。

后记

自从接触街舞运动以来，一直都想为街舞的推广和发展做点事情，可以说写这本书是我许久以来的一个愿望。
因为在学习街舞和进行教学资料收集的过程中发现，街舞的网上视频资料虽然十分丰富，但是关于动作技术方面的理论和文字性的内容相对就少了许多；并且在带街舞社团的过程中也发现社团成员在练习中，缺乏练习步骤和方法的指导，观看视频获得的直观印象虽然非常重要，但光有直观印象还是很不够的，还需要对动作有深刻的理解，特别是Breaking中的Freeze和Power move部分中的动作，练习者要清楚知道动作的要领，动作主要用到哪些部位的肌肉，如何训练这些部位的肌肉，动作的练习步骤该怎样分，辅助练习手段有哪些等等，这些方面的知识相对较缺乏。
于是有些体操基础的我，加之对街舞运动和教学的痴迷，使我斗胆产生了写一本适合于街舞初学者使用的，详细介绍街舞知识的著作的冲动。
一方面是为了给学校教授街舞的教师提供一些参考；另一方面，希望街舞初级练习者在通过视频学习的过程中，这些文字性的知识能对他们有一些帮助。
从有了写书的愿望起，我就开始全方位地关注街舞运动知识，利用课余时间和假日，一方面上网收集能收集到的关于街舞的各种资料，进行分类汇总；另一方面开始拜师学习，先后在巨人学校和现代音乐学院学习街舞技术，并针对学习过程中出现的技术和理论方面的问题向教练请教。
在有了一定的技术和理论积累后，我就开始着手进行文字的整理和写作，同时进行图片的拍摄工作。
我的街舞教练和我校街舞社成员在得知我写街舞著作的愿望和行动后都给予了我大力的支持。
不仅在理论知识上不厌其烦地为我释疑解惑，而且还帮忙收集资料，并在图片的拍摄过程中更是积极配合。

编辑推荐

《街舞理论与实践》：北京物资学院学术文库

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