

《爵士舞金牌教学》

图书基本信息

书名：《爵士舞金牌教学》

13位ISBN编号：9787880944060

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《爵士舞金牌教学》

内容概要

本教材是提供有一定舞蹈基础的学习者去学习，主要以Monden Jazz的芭蕾基础、技巧、即兴为基本训练，Funky Jazz为动作的爆发力训练、Street Jazz、Regger、Sexy Jazz为不同风格的舞感接触。为学习者进一步提供一套终极训练课程，要求学习者在学习过程中，除了很好的完成每个舞蹈动作和动作之间的衔接之外，特别要注意每种不同风格舞感的表演，成为一名专业爵士舞者。

学习者可通过《爵士舞快速入门》初级教材的学习，掌握身体各部位肌肉、关节的控制和运用，为《爵士舞金牌教学》中、高级教材的学习打好基础。

《爵士舞金牌教学》

书籍目录

1、前言

第一部分：基础训练

（单一教学，将身体各关节活动开，防止受伤。）

2、热身练习

3、头部训练

4、步伐训练

5、踢腿训练

6、胸胯训练

7、大跳训练

第二部分：组合训练

（提高全身的协调能力，拓宽舞者表现力，充分展示自己的风格。）

8、组合一

9、基本动律

10、组合二

11、基本动律

第三部分：舞蹈练习

（与时尚最新最炫的音乐结合，快速提高舞蹈综合表演能力，并得到全身心的调节和缓解。）

12、舞蹈：《SEXY BACK》

13、基本动律及难点讲解

14、舞蹈记忆法

15、舞蹈《WALK AWAY》

16、基本动律及难点讲解

17、舞蹈记忆法

18、舞蹈《run the show》

19、基本动律及难点讲解

20、舞蹈记忆法

《爵士舞金牌教学》

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:www.tushu000.com