

《街舞》

图书基本信息

书名：《街舞》

13位ISBN编号：9787561182783

出版时间：2012

作者：杨薇

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

《街舞》

内容概要

街舞这项从国外传入国内的时尚运动，以其特有的形式和内容，尤其能体现现代年轻人的激情和对时尚的追求。而且街舞的竞技性、表演性和挑战性极强，尤其受青少年的青睐。从舞蹈学的角度看，街舞拥有爽利的舞姿和多变的动作，可以迅速提高人体的表现力。从运动的角度看，街舞是把提高身体素质训练的枯燥单调动作与优美多变的舞蹈动作结合起来，不仅起到了有氧训练的作用，更兼备趣味性和娱乐性。在动作快速变化的同时，参与者会不由自主地集中精神，力求把每一个动作做得完美，而这种专注也放松了大脑神经，使人将紧张的日常生活学习暂时放在一边，从而沉浸在舞蹈中，去体会一份纯美的快乐。因此，我们应充分利用街舞运动的这一特点，并“取其精华、去其糟粕”，大力开展学校街舞课程教学，以确保其在我国朝着正确、科学、健康的方向发展，使其更好地为学校体育教育和全民健身战略服务。

现在我国的街舞正处于由完全自发和民间的状态向有组织、规范化转型的重要阶段，国家体育管理部门的组织和推广将有效地推进这个转型进程，吸引广大青少年加入到科学、健康的街舞健身行列。为了使这种运动形式更快走向主流舞台，在学校体育这个广阔的领域里更好地深入发展，作者在综合国内外文献资料的基础上，编写了这本街舞教材。包括街舞运动概述、街舞运动基础知识、健身街舞概述、大学生健身街舞课程教学等相关内容。尤其是在本书的后半部分，针对现代国内大学生街舞运动的常见技术，在内容的选编上更注重学生的“健康”教育，提炼并创编了大学生健身街舞教学大纲和组合动作教学范例，并将其作为高校街舞课程的主要教学内容，供学生课内课外俸用。

书籍目录

- 第一章 街舞运动概述
 - 第一节 街舞运动的起源
 - 第二节 街舞在世界的发展与演变
 - 第三节 街舞运动在我国的发展
- 第二章 街舞运动基础知识
 - 第一节 街舞的定义与分类
 - 第二节 街舞的特征与价值
 - 第三节 街舞的基本术语
- 第三章 Hip-hop文化
 - 第一节 Hip—hop文化的起源与发展
 - 第二节 Hip—hop文化元素
- 第四章 健身街舞概述
 - 第一节 健身街舞的发展与演变
 - 第二节 健身街舞的特点
 - 第三节 健身街舞的功能与价值
- 第五章 大学生健身街舞课程教学
 - 第一节 健身街舞课程概述
 - 第二节 健身街舞课程教学方法
 - 第三节 健身街舞课程教学大纲
 - 第四节 健身街舞课程内容
 - 第五节 健身街舞课程教学评价
- 第六章 健身街舞动作教学
 - 第一节 准备活动
 - 第二节 基本动作
 - 第三节 初级套路动作
 - 第四节 中级套路动作
- 第七章 健身街舞的创编
 - 第一节 创编的目的和依据
 - 第二节 创编的基本要素
 - 第三节 创编的原则
 - 第四节 健身街舞的创编过程
- 第八章 健身街舞的健康基础知识
 - 第一节 健康概述
 - 第二节 健身街舞与健康
 - 第三节 常见运动损伤
 - 第四节 运动损伤的处理与防护
- 第九章 街舞比赛相关知识
 - 第一节 街舞竞赛概述
 - 第二节 街舞竞赛的组织
 - 第三节 街舞竞赛的裁判方法
- 第十章 街舞其他课种介绍
- 第十一章 街舞技术选读
 - 第一节 Breakin9概述
 - 第二节 Poppin9概述
 - 第三节 New Jazz概述
 - 第四节 Lockin9概述
 - 第五节 小丑舞概述

参考文献

《街舞》

精彩短评

1、实在没法看！

《街舞》

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