

# 《少儿舞蹈考级启蒙训练》

## 图书基本信息

书名：《少儿舞蹈考级启蒙训练》

13位ISBN编号：9787880877786

10位ISBN编号：7880877789

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](http://www.tushu000.com)

# 《少儿舞蹈考级启蒙训练》

## 内容概要

舞蹈，能够塑身形体，培养人优雅气质。不仅如此，舞蹈的训练还能开发孩子们的想象力、创造力和感性直观能力，它是孩子们的全面发展所不可缺少的一门课。

本教材是一套针对性较强的基训手段汇编，它立足于解决具体问题，具有很强的可操作实用性。演示的过程按动作的难易程度及它们之间的逻辑关系递进展开，可供老师们在教学中过程中选择使用。

不仅如此，具体的每一个教学内容又都是孩子们所喜闻乐见的游戏。在轻松快乐的“唱游”过程中，孩子们不但可以得到规范的舞蹈基础训练，爸爸妈妈们在工作之余也可以做做这些动作，对久坐不动的“现代人”来说，这些动作对他（她）们劳损的躯体会矫正的功效。

# 《少儿舞蹈考级启蒙训练》

## 书籍目录

### VCD1

- 01 热身小舞蹈《嘻唰唰》
- 02 第一部分 亲子形体训练
- 03 姿态训练（地面）：前后滚翻、伸展练习、腰腹控制
- 04 软开度训练：开肩、展腰、开胯、压腿
- 05 四肢远端协调性开发：手指、脚背
- 06 力量训练：腹肌、背肌

### VCD2

- 01 第二部分 把杆上的游戏
- 02 姿态训练（把杆）：俯撑、倒立。
- 03 压腿的训练：后压腿、旁压腿、正压腿、开肩、展腰。
- 04 腰间的训练：反手把杆、推手贴墙、背靠把杆。
- 05 芭蕾基础
- 06 第三部分 公园里的舞蹈
- 07 小孔雀
- 08 小鸟飞
- 09 小花猫

# 《少儿舞蹈考级启蒙训练》

## 精彩短评

- 1、给女儿当舞蹈启蒙视频
- 2、女儿一点都不喜欢！
- 3、适合幼少儿学习
- 4、对于小孩子的舞蹈初学有很好的指导作用，适合小孩子学习，动作分解好
- 5、女儿四岁多，刚开始学舞蹈，买了让她熏陶，她挺喜欢的
- 6、帮同事买的，很快就到货了，嘻嘻
- 7、很好，大人、小孩锻炼身体和练基本功都很适合。
- 8、小盆友很可爱
- 9、东西一般，跟评论不一样
- 10、一张碟放不出来
- 11、孩子喜欢,经常看,照着练习呢
- 12、女儿五岁半，身体各部位都能练到
- 13、比孩子舞蹈班的训练动作实施上更简单，效果却是一样的。比如站下腰在学校是直接后倒的。而在这里是躺下，分步进行的。孩子更容易接受。
- 14、挺有帮助的，就是歌曲太少了

# 《少儿舞蹈考级启蒙训练》

## 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](http://www.tushu000.com)