

<<舞蹈解剖学>>

图书基本信息

书名：<<舞蹈解剖学>>

13位ISBN编号：9787040155358

10位ISBN编号：7040155354

出版时间：2004-9

出版时间：高等教育出版社

作者：高云

页数：246

字数：280000

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>

## <<舞蹈解剖学>>

### 前言

作为中国唯一的一所舞蹈高等学府，北京舞蹈学院走过了整整50个春秋。

在半个世纪的历程中，学院经历了三个重要的教学发展阶段。

1954年成立北京舞蹈学校标志着中华人民共和国舞蹈专业规范教育诞生；1978年改为北京舞蹈学院，创建舞蹈本、专科教育；1999年学院增设舞蹈学硕士研究生教育。

与初创时相比，今天的北京舞蹈学院发生了翻天覆地的变化，成为综合了中专、本科和硕士研究生三个教学层次，跨越了表演、教育、编导、史论研究、艺术传播、戏剧舞台美术等不同领域，覆盖了几乎所有中外重要舞种的舞蹈文化教育最高学府。

无论在哪个时期

## <<舞蹈解剖学>>

### 内容概要

高云著的《舞蹈解剖学》是以人体的形态结构为基础，研究人体形态结构、机能和生长发育与舞蹈训练的相互关系，研究如何提高人体舞蹈技术、技能的科学。

它既是舞蹈学的基础学科，也是对训练实践具有很强指导意义的应用学科。

《舞蹈解剖学》以运动系统为主要内容，着重讲述骨骼、关节、肌肉三大器官，包括骨的结构、成分、性能及其生长；关节结构、功能及影响因素；舞蹈主要运用关节及在训练中如何保护；下肢肌肉、躯干肌肉的位置、功能及如何训练等等。

本教材对肌肉工作原理、工作方法进行分析，并有舞蹈动作分析举例；探讨舞蹈演员的体能训练，包括影响运动素质的因素及发展素质的方法和注意事项；对儿童少年与女子舞蹈训练特点等均作了阐述。

作为教材，同时兼顾人体解剖学的基础内容，简述人体九大系统的组成、功能以及与舞蹈的关系。

## <<舞蹈解剖学>>

### 作者简介

高云，毕业于北京体育大学体育教育与训练专业。  
北京舞蹈学院舞蹈学系副教授。

多年从事舞蹈解剖学的教学和理论研究工作。

曾同刘群杰副教授合作编写《舞蹈解剖学教程》。

1989年至今，在北京舞蹈学院院刊及其他刊物上发表舞蹈解剖学、舞者保健和营养等多方面的学术论文十余篇，在北京舞蹈学院开设多门相关理论选修课程。

## <<舞蹈解剖学>>

### 书籍目录

#### 序言

#### 第一章 人体结构概述

##### 第一节 人体组成概述

- 一、元素
- 二、化合物

##### 第二节 细胞与细胞间质

- 一、细胞
- 二、细胞间质

##### 第三节 组织

- 一、上皮组织
- 二、结缔组织
- 三、肌组织
- 四、神经组织

##### 第四节 器官与系统

- 一、器官
- 二、系统

#### 第二章 运动系统——骨与骨连结

##### 第一节 骨骼概述

- 一、全身骨分布
- 二、骨的形态
- 三、骨的构造及功能、
- 四、骨的化学成分及物理性质
- 五、骨的发生与生长
- 六、影响骨生长的因素
- 七、骨龄

##### 第二节 骨连结

- 一、骨连结分类
- 二、关节的结构
- 三、关节的运动
- 四、影响关节活动幅度与稳固性的因素

##### 第三节 下肢

- 一、下肢骨
- 二、下肢骨连结

##### 第四节 躯干骨与躯干骨连结

- 一、躯干骨
- 二、躯干骨连结

##### 第五节 上肢骨与上肢骨连结

- 一、上肢骨
- 二、上肢骨连结

#### 第三章 运动系统——骨骼肌

##### 第一节 骨骼肌概述

- 一、肌肉的大体结构
- 二、肌肉的辅助结构
- 三、肌肉工作的术语
- 四、肌肉的物理特性

## <<舞蹈解剖学>>

### 第二节 下肢肌

- 一、髋关节运动肌群
- 二、膝关节运动肌群
- 三、踝关节运动肌群

### 第三节 躯干肌

- 一、脊柱运动肌群
- 二、胸廓运动肌群

### 第四节 上肢肌

- 一、肩胛运动肌群
- 二、肩关节运动肌群
- 三、肘关节运动肌群
- 四、手关节运动肌群

## 第四章 肌肉工作和舞蹈动作分析举例

### 第一节 肌肉工作的基本理论

- 一、肌肉工作的解剖学基础
- 二、肌肉工作的力学原理

### 第二节 动作分析举例

- 一、动作分析的目的与任务
- 二、动作分析的内容
- 三、动作分析的步骤
- 四、动作分析举例

## 第五章 舞蹈演员体能训练

### 第一节 体能训练概述

- 一、概述
- 二、身体形态

### 第二节 力量素质及其训练

- 一、力量素质的分类
- 二、影响力量素质的因素
- 三、力量素质训练的注意事项
- 四、力量素质的训练方法

### 第三节 柔韧素质及其训练

- 一、影响柔韧素质的因素
- 二、柔韧素质的训练方法
- 三、柔韧素质训练的注意事项

### 第四节 灵敏素质及其训练

- 一、影响灵敏素质的因素
- 二、发展灵敏素质的方法和注意事项

### 第五节 耐力素质及其训练

- 一、影响耐力素质的因素
- 二、发展耐力素质的方法和注意事项

### 第六节 协调能力及其训练

- 一、协调能力的影响因素
- 二、协调能力的训练方法与注意事项

## 第六章 其他系统简介

### 第一节 神经系统

- 一、神经系统概述
- 二、中枢神经系统

## <<舞蹈解剖学>>

### 三、周围神经系统

#### 第二节 循环系统

##### 一、心血管系统

##### 二、淋巴系统

#### 第三节 内脏

##### 一、消化系统

##### 二、呼吸系统

##### 三、泌尿系统

#### 第四节 感觉系统

##### 一、眼

##### 二、耳

##### 三、鼻

##### 四、皮肤

##### 五、本体感受器

#### 第五节 内分泌系统

##### 一、甲状腺

##### 二、甲状旁腺

##### 三、肾上腺

##### 四、垂体

##### 五、松果体

##### 六、胸腺

##### 七、胰岛

##### 八、性腺

### 第七章 儿童少年与女子舞蹈训练

#### 第一节 儿童少年舞蹈训练

##### 一、儿童少年的身体发育

##### 二、儿童少年身体素质和运动能力发育特点

##### 三、儿童少年舞蹈训练要求

#### 第二节 女子舞蹈训练

##### 一、女子发育及体型特点

##### 二、女子身体生理解剖特点

##### 三、女演员月经问题

#### 参考书目

#### 后记

<<舞蹈解剖学>>

章节摘录

插图：



## 后记

1. 本教材舞蹈插图由北京舞蹈学院艺术设计系魏静老师绘制，解剖插图主要参照《运动解剖学图谱》顾德明、缪进昌编著，丁誉声绘图，人民体育出版社1986年4月第一版；《运动解剖学》体育院校通用教材，人民体育出版社2000年6月第二版，以及《正常人体解剖学》普通高等教育中医药类规划教材，上海科学技术出版社，1995年6月第一版。

在此表示最诚挚的谢意。

2. 使用本教材时，在内容和时间安排上可根据各学院具体情况进行调整。

由于编写时间仓促，水平有限，疏漏在所难免，希望在使用本教材的过程中，不断总结经验，并提出宝贵

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>