

<<艺术体操入门与鉴赏>>

图书基本信息

书名：<<艺术体操入门与鉴赏>>

13位ISBN编号：9787510006487

10位ISBN编号：7510006481

出版时间：2009-8

出版时间：本丛书编委会、《新世纪青少年艺术素质培养丛书》编委会 中国出版集团，世界图书出版公司（2009-08出版）

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>

<<艺术体操入门与鉴赏>>

内容概要

《艺术体操入门与鉴赏》内容简介：艺术体操又称韵律体操，既有极强的体育竞技性，又有独特的艺术性和观赏性。

艺术体操是徒手或手持轻器械在音乐伴奏下进行的一种女子独有的艺术性较强的竞技性体操项目。艺术体操以“美”和“艺术”为特征，其内容丰富多彩，姿态优美，刚柔相济，塑造美的形体、高雅的气质与仪表。

它将美妙动听的音乐、矫健的身体动作和高超的器械动作有机地组合起来，在13米×13米的地毯上，构成各种优美的造型和一幅幅新颖别致的画面，被西方人比作“地毯上的舞蹈”。

《艺术体操入门与鉴赏》则主要介绍了艺术体操的基础知识及基本技术。

<<艺术体操入门与鉴赏>>

书籍目录

第一章 艺术体操概述第一节 艺术体操的起源与发展一、艺术体操的起源二、我国艺术体操发展简况三、艺术体操与奥运会第二节 艺术体操的分类、特点及内容一、艺术体操的分类二、艺术体操的特点三、艺术体操的内容第三节 艺术体操的器械与音乐一、艺术体操的器械二、艺术体操的音乐第四节 体操术语一、基本姿势术语二、体操术语的结构与记写第五节 艺术体操运动员技术等级标准一、国际级运动健将二、运动健将三、一级运动员四、二级运动员五、三级运动员六、少年级运动员七、临场裁判员人数规定第六节 艺术体操比赛规则和项目一、总则二、难度介绍三、器械介绍四、集体规则第二章 艺术体操的基本技术第一节 基本动作一、徒手基本动作二、徒手体操的基本方向三、基本功练习四、摆动与绕环五、腿的弹动和移重心练习六、波浪练习七、基本步伐与舞步练习第二节 轻器械的基本动作一、绳的基本动作二、球的基本动作三、圈的基本动作四、棒的基本动作五、带的基本动作第三节 体操技巧一、滚翻二、倒立三、趋步四、手翻五、其他第三章 艺术体操综合练习第一节 徒手体操一、徒手体操预备练习(一)二、徒手体操预备练习(二)三、行进间徒手体操练习四、徒手体操双人练习五、徒手双人体操组合动作六、艺术体操徒手规定动作说明第二节 绳操练习第三节 球操一、球操的基本练习二、球操行进间组合动作三、球操规定动作第四节 棒操第五节 素质训练一、力量素质训练二、柔韧练习三、耐力素质四、灵敏素质五、速度素质第四章 艺术体操名人简介戴永君蒋颖妍李佳陆颖娜吕远洋孙丹钟玲卡巴耶娃贝索诺娃恰希娜桑德斯……

<<艺术体操入门与鉴赏>>

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>