

<<体育舞蹈.国标拉丁>>

图书基本信息

书名：<<体育舞蹈.国标拉丁>>

13位ISBN编号：9787536827509

10位ISBN编号：7536827504

出版时间：2012-7

出版时间：古宦臣、夏渝纯 陕西人民美术出版社 (2012-07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>

<<体育舞蹈.国标拉丁>>

内容概要

## &lt;&lt;体育舞蹈.国标拉丁&gt;&gt;

## 书籍目录

引言说明总则 一、描述原则和方法 二、指定舞步型的规范 1、身体的位置 2、基准和方位 3、步序 4、运步脚位和步态 5、用脚法 6、转度 7、节奏 第一章 伦巴 (Rumba) 一、起源风格特点 二、音乐舞步节奏及其表现 三、胯部动律动作系统及其整体运动行为 四、基本技能技巧训练 五、指定舞步型 铜牌级·初级 1、基本动作 2、扇形步 3、阿列曼娜 4、曲棍球棒步 5、前进后退走步 6、右陀螺转 7、右分展步 8、侧横步 9、闭式扭胯步 10、库克拉卡 11、手接手 12、定点转 铜牌级舞步套路组合 银牌级·中级 13、左陀螺转 14、左分展步 15、阿依达 16、螺旋转 17、开式扭胯步 银牌级舞步套路组合 金牌级·高级 18、基基步 19、滑门步 20、击剑步 21、套索步 22、三三步 23、高级扭胯步 金牌级舞步套路组合 第二章 恰恰恰 (Cha Cha Cha) 一、起源风格特点 二、音乐舞步节奏及其表现 三、胯部动律动作系统及其整体运动行为 四、基本技能技巧训练 五、指定舞步型 铜牌级·初级 1、基本动作 2、扇形步 3、阿列曼娜 4、曲棍球棒步 5、三个恰恰恰 6、右陀螺转 7、右分展步 8、闭式扭胯步 9、手接手 10、定点转 11、时间步 12、纽约步 铜牌级舞步套路组合 银牌级·中级 13、肩对肩 14、左陀螺转 15、左分展步 16、阿依达 17、螺旋转 18、开式扭胯步 银牌级舞步套路组合 金牌级·高级 19、套索步 20、高级扭胯步 21、交叉基本步 22、古巴破碎步 23、土耳其毛巾步 24、甜心步 25、跟我跳 金牌级舞步套路组合 六、脚步变换 (一) 从不同的脚步换成同脚步 (二) 从同脚步换成不同的脚步 第三章 加依夫 (牛仔) (Jive) 一、起源风格特点 二、音乐舞步节奏及其表现 三、胯部动律动作系统及其整体运动行为 四、基本技能技巧训练 五、指定舞步型 铜牌级·初级 1、渐退摇摆步 2、渐退抛开步 3、连结摇摆步 4、右左换位步 5、左右换位步 6、背后换手步 7、美式疾转步 8、行走步 9、马鞭步 青铜牌级舞步套路组合 银牌级·中级 10、快速挥鞭步 11、停走步 12、风车步 13、西班牙手臂转步 14、臂内滚转步 银牌级舞步套路组合 金牌级·高级 15、单一旋转步 16、鸡行步 17、卷鞭步 18、尖跟旋转步 19、点踏踢腿步 金牌级舞步套路组合 第四章 桑巴 (Samba) 一、起源风格特点 二、音乐舞步节奏及其表现 三、腹部动律动作系统及其整体运动行为 四、基本技能技巧训练 五、指定舞步型 铜牌级·初级 1、基本移动步 2、渐进基本步 3、外侧基本步 4、叉形步 5、列队行进桑巴步 6、流动博塔福戈斯 7、正反列队行进位博塔福戈斯 8、左转 9、(科塔加卡) 推割步 铜牌级舞步套路组合 银牌级·中级 10、闭式摇摆步 11、侧桑巴步 12、伏尔塔动作 (一) 独立式伏尔塔动作 (二) 混合式伏尔塔动作 13、影子博塔福戈斯 14、阿根廷交叉步 ..... 第五章 帕斯多布勒 (斗牛) (Paso Double) 附录一 附图 附录二 英国舞蹈教师学会拉丁舞考试大纲 后记

## <<体育舞蹈.国标拉丁>>

### 章节摘录

版权页：插图：臂内滚转步为五步式结构，共两小节十步。

所谓臂内滚转系指女伴在双方连结的手臂内通过身体的转动从男伴手臂内滚出的舞蹈动作。

它主要体现在第二小节舞步8—10上。

这是该舞步型的个性特征所在。

男女舞步1—2与连结摇摆步—2)舞步1—2相同，为并步步态（舞步1不是倒步）。

到此为止，像这种（不带转体的）并步在牛仔舞所有规定的舞步型中共有八例：（铜牌级）连结摇摆步—2）、左右换位步、背后换手步、美式疾转步、（银牌级）停走步、风车步、西班牙手臂转步、臂内滚转步。

舞步3—5均为男女各自从舞步2开始的1/4转体（男右转，女左转）过程中的横向追步。

就双方身体的位置讲，女伴左转完毕时，按

<<体育舞蹈.国标拉丁>>

编辑推荐

<<体育舞蹈.国标拉丁>>

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>