第一图书网, tushu007.com

<<健美操与体育舞蹈>>

图书基本信息

书名：<<健美操与体育舞蹈>>

13位ISBN编号：9787040147797

10位ISBN编号：7040147793

出版时间：2004-10

出版时间：高等教育出版社

作者：冯萍

页数：164

字数：177000

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书以国家教育部2002年颁发的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》的主要内容和基本要求为依据编写，经全国高等学校体育教学指导委员会审定。
全书理论联系实际，深入浅出地介绍了健美操的基本理论、基本技术和知识技能拓展，以及体育舞蹈的基本理论、基本舞步和知识技能拓展。
　本书既可作为普通高等院校及高职高专学生的体育教材，也可作为体育爱好者的自学用书。

<<健美操与体育舞蹈>>

书籍目录

健美操健美操基础篇 第一章 健美操概述　第一节 健美操内涵与价值　第二节 健美操锻炼指导 第二章 健美操基本技术及其运用　第一节 健美操的构成元素　第二节 健美操基本技术的运用健美操提高篇 第三章 健美操知识技能拓展　第一节 健美操欣赏　第二节 健美操创编指南　第三节 健美操相关技能内容介绍　第四节 健美操选项课俱乐部活动指南体育舞蹈体育舞蹈基础篇 第四章 体育舞蹈概述　第一节 体育舞蹈内涵与价值　第二节 体育舞蹈基本知识、舞姿及运步技巧 第五章 大众体育舞蹈基本舞步与跳法　第一节 华尔兹（Waltz）　第二节 维也纳华尔兹（Viennese Waltz）　第三节 探戈（Tango）　第四节 布鲁斯（Blues）　第五节 福克斯（Foxtrot）　第六节 伦巴（Rumba）体育舞蹈提高篇 第六章 体育舞蹈知识技能拓展　第一节 常用舞姿造型与舞步连接　第二节 体育舞蹈欣赏　第三节 体育舞蹈个人自行锻炼设计　第四节 体育舞蹈选项课俱乐部活动指南参考文献

第一图书网, tushu007.com

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