第一图书网, tushu007.com

# <<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

第一图书网, tushu007.com



## 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

## 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。

第一图书网, tushu007.com



## 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。

第一图书网, tushu007.com

# <<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

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

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

## 章节摘录

插图：

第一图书网, tushu007.com



## 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

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