

## <<服装表演概论>>

### 图书基本信息

书名：<<服装表演概论>>

13位ISBN编号：9787506464321

10位ISBN编号：7506464322

出版时间：2010-8

出版时间：中国纺织出版社

作者：肖彬，张舰 主编

页数：176

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>

## <<服装表演概论>>

### 前言

回顾我国改革开放以来，最先走向市场的服装行业和应运而生的模特行业的发展历程，可以看到伴随着20世纪90年代后期服装产业向品牌经营转变的进程，大型服装服饰展会、企业新产品发布、品牌传播和广告宣传等在行业 and 品牌发展中日益重要；同时，时尚概念也拓展到服装服饰等传统领域之外的相关产业，如住宅、汽车、电脑、手机、化妆品等跨界延伸。

快速发展的时尚产业不仅深刻影响了社会经济和文化，也极力触动和推动着模特行业的进步和完善。以时尚产业发展较快且辐射力度较大的北京市而言，有一年两次的中国国际时装周和具有重要影响力的中国国际服装服饰博览会以及汽车、房产、移动通讯、电子产品等展销会，另有国际著名奢侈品品牌等博览会都在营造着北京市乃至全国其他主要城市时尚消费和时尚发展的氛围，同时不可避免地使模特行业在诸多领域及其品牌传潘和市场推广的商业活动中空前活跃起来。

## <<服装表演概论>>

### 内容概要

本书是服装高等教育“十一五”部委级规划教材。

本书以服装表演专业的综合理论和全方位技能培训为切入点，全书分为四大部分，系统地介绍了服装表演和服装模特的概念；详细地阐述了服装模特的基本培训项目——形体训练、舞蹈训练、音乐基础、形象塑造、心理素质、参赛指导及模特的经纪与管理等课程；具体讲解了服装表演的策划与制作——策划与编导、舞美设计、管理与执行；最后重点拓展了服装表演的传播与推广的新颖理论。

本教材对服装表演专业的相关知识进行了详尽的梳理和阐释，结合了北京服装学院表演专业教师积累多年的教学与实践经验，并收集、吸纳了大量国内外相关资料，注重科学性和规律性，在加强对学生专业能力与技巧培养的同时，更加强调教学效果的实操性和市场性，构建了服装表演专业科学、规范、系统的教学体系。

本书适合于高等教育类、高职高专类服装设计专业师生使用，也可供艺术设计院校的师生参考。

# <<服装表演概论>>

## 书籍目录

|                      |                      |                      |                           |
|----------------------|----------------------|----------------------|---------------------------|
| 第一部分 绪论              | 第一章 服装表演概述           | 第一节 服装表演的概念          | 第二节 服装表演的属性               |
| 一、服装表演是再创作的艺术        |                      | 二、服装表演的时效性           | 三、服装表演是不可重复的表演艺术          |
| 第三节 服装表演的分类          | 一、订货会服装表演            | 二、发布会服装表演            |                           |
| 三、促销型服装表演            | 四、艺术创意型服装表演          | 第二章 服装模特的概念          | 第一节 服装模特的分类               |
| 一、时装模特               | 二、商业模特               | 三、内衣和泳装模特            | 四、试衣模特                    |
| 五、“部件”模特             | 六、影视模特               | 七、特殊模特               | 第二节 服装模特的形体标准及测量方法        |
| 一、模特的形体标准            | 二、形体测量的方法            | 第二部分 服装模特的基础培训       | 第三章 服装模特的基础培训之——形体训练      |
| 第四章 服装模特的基础培训之——舞蹈训练 | 第五章 服装模特的基础培训之——音乐基础 | 第六章 服装模特的基础培训之——形象塑造 | 第七章 服装模特的基础培训之——心理素质与心理状态 |
| 第八章 专业赛事的分析指导        | 第九章 服装模特的经纪与管理       | 第三部分 服装表演的策划与制作      | 第十章 服装表演的策划与编导            |
| 第十一章 服装表演的舞美设计       | 第十二章 服装表演的管理与执行      | 第四部分 服装表演的传播与推广      | 第十三章 服装表演与传播推广            |
| 第十四章 服装表演的传播要素与原理    | 第十五章 服装表演与媒体策划       | 后记                   | 参考文献                      |

## &lt;&lt;服装表演概论&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：一、模特形体训练的主要内容 1.热身训练 热身训练最主要目的就是加速脉搏、升高体温、拉伸肌肉，使机体从平静的抑制状态逐渐过渡到活动的兴奋状态。

没有哪一种运动不需要准备活动，不做准备活动，肌肉不但达不到预期的训练效果，而且容易受伤。因为热身运动可以提高深层肌肉的温度，让身体处于暖和的状态，如此一来，就可以减少运动中可能发生的运动伤害，也可以让运动的表现更好。

热身运动是比较缓和的运动，不但可以慢慢地提高身体温度，还能让心跳缓缓增加，而不是马上就做剧烈的运动，让心脏一下子就增加许多负担。

最好以慢跑、柔软体操、原地踏步操等方式热身，每次热身运动最好视个人体能不同，持续5~10分钟。

通常刚开始运动的人，由于体能比较差，应慢慢地从较简单、轻松的热身运动开始做起，等到体能进阶到更佳的程度，再渐渐增加热身运动的强度、困难度和时间。

热身运动还可以帮助生理调节，并且能减少一些可能在运动中或激烈活动中发生的心血管不正常的突发状况。

2.有氧运动 有氧运动可以增加活力、舒缓压力、放松心情；可以让心脏更强壮，充分把充满氧气的血液送到全身，减少心脏疾病及高血压的发生；可以帮助燃烧体内多余的脂肪，燃烧脂肪需要氧气，有氧运动可以帮助身体处于“有氧”状态。

进行有氧运动必须循序渐进、由浅入深，有氧运动的时间要慢慢增加，不要超过本身能负荷的程度。每个人的体能情形都不同，不应该拿他人的运动方式作为自己的标准，而是逐渐地、不间断地增进自己的体能与耐力。

有氧运动的种类很多，包括健美操、慢跑、骑脚踏车、游泳和跳绳等，或是使用一些有氧器械，包括划船机、跑步机、原地脚踏车等进行。

进行有氧运动的时间可依自己体能状况而定，但每次最好持续30分钟以上。

就运动强度而言，中等强度较适合。

从能量代谢的角度上看，中等强度运动可促使人体内的脂肪转变为游离脂肪酸进入血液，作为能源而被消耗掉，即使没被消耗的游离脂肪酸也不再合成脂肪，中等强度运动并不增加食欲，可避免因运动而引起而摄入更多能量，从而加剧体内脂肪积存。

中等运动强度通常可通过心率测定来控制，就从事模特专业的学生而言，心率可控制在150~180次/分钟。

3.缓和运动 热身运动是为了让体温升高，而缓和运动则是为了降低体温、缓和心跳，让紧张的肌肉放松，避免运动伤害。

缓和运动时，可以做一些舒缓的舞蹈动作，大约持续3~5分钟。

4.柔软运动 柔软运动以静态的伸展动作为最佳，这样的方式可以增加身体的延展性。

每一个伸展运动都应该持续20秒以上，然后放松、深呼吸。

注意在做伸展运动时不要弹压，避免造成运动伤害。

在有氧运动后做些适当的伸展性柔软运动，可以达到最好的拉伸效果，增加肌肉的柔软度并减少运动伤害。

运动者应该要针对身体的每个部位做些适合的伸展运动，特别是关节的周围。

柔软运动需要持之以恒，这样身体的伸展性会越来越好，柔软度会越来越佳。

<<服装表演概论>>

编辑推荐

<<服装表演概论>>

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>