

<<舞蹈筋斗基本训练教程>>

图书基本信息

书名：<<舞蹈筋斗基本训练教程>>

13位ISBN编号：9787807514411

10位ISBN编号：7807514418

出版时间：1970-1

出版时间：卢方、毕文彪 上海音乐出版社 (2010-03出版)

作者：卢方，毕文彪 著

页数：107

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>

<<舞蹈筋斗基本训练教程>>

前言

中等艺术职业教育是我国艺术教育的重要组成部分。

中等艺术职业教育事业的改革与发展，直接关系到高等艺术教育的后续实力。

六十多年来，我国中等艺术职业教育事业在党的教育和文艺方针指引下，经过广大艺术教育工作者的艰苦努力，有了很大的发展，迄今已拥有门类齐全，10余万名在校学生，万余名艺术师资的规模，培养了许多著名艺术家和优秀艺术人才，为繁荣我国的文化艺术事业发挥了极为重要的作用。

中等艺术职业教育已逐步成为我国艺术教育体系中和全民文化艺术普及活动的有生力量。

当前，全球科学技术迅猛发展，知识更新速度日益加快。

这对我国教育改革和人才培养，特别是基础教育和实用型人才的培养，提出了新的要求和挑战。

当务之急，教材建设就成了一项关乎教育质量的重大的基础工程。

长期以来，我国中等艺术职业教育由于缺乏完整、系统、科学的教材体系，使中等艺术职业教育资源的整体优势没有得到有效利用，教师的潜力没有得到最大程度的挖掘和发挥，不仅束缚了学生学习的积极性和创造性，而且影响了中等艺术职业教育整体教学质量的提高和艺术人才的培养。

因此，从教育思想到教学内容、教学方法，对中等艺术职业教育原有的不适应教育现代化和文化艺术事业发展的教材进行系统、规范、科学的改革，建立健全的、与时俱进，反映鲜明时代特征的教材体系已迫在眉睫。

中等艺术职业教育经过了半个多世纪的教学实践，特别是改革开放三十多年的探索研究，积累了丰富的经验。

针对社会发展新要求，将先进的教育思想、教育理念，科学灵活的教学方法引入中等艺术职业教育，建立艺术职业教育体系中有有机衔接、互为补充、相对统一的教材体系，促进中等艺术职业教育教学质量的提高，加快构建符合素质教育要求的新的中等艺术职业教育课程体系，从容应对社会发展带来的挑战，实现中等艺术职业教育的可持续发展的目标，是文化部“十一五”期间推进中等艺术职业教育的重要工作。

《中国艺术教育大系》（中专卷）是《中国艺术教育大系》系列教材编写工程的延续，是为适应21世纪我国艺术教育发展的需要而编撰出版的集科学性、规范性、前瞻性为一体的系统教材。

其选编思路，注意围绕“基础”这一主线，针对这个年龄段学生的思维和性格特点，强调了基本概念清晰准确、严谨和科学。

这套教材明确了培养学生应用能力以及应变能力的重要性，注重对学生思维创新能力的培养。

同时，教材还具有语言表述生动形象、可读性强等特色，更适合艺术职业学校学生的心理引导。

《中国艺术教育大系》（中专卷）涵纳音乐、美术、舞蹈、戏剧、戏曲等各个艺术门类。

这套教材，突出了基础教育相对的稳定性和规范化，注重了基础教育内容中核心成分的提取，强调了专业性基础的严谨性和阶段性，更符合教学过程中螺旋式提升的规律。

所以，《中国艺术教育大系》（中专卷）既包容了各艺术门类在专业教学中核心的基础知识、基本技能，又渗透着审美素质的陶冶和艺术个性的培育。

以站在时代的视角和高度，重新解读传统教学的精华，拓展新的学科内容，使其具有全方位、前瞻性意义的教育使用空间。

《中国艺术教育大系》（中专卷）另有一个显著特点是明确的学术定位。

教材在共性与个性关系的处理上，不仅兼顾了不同类型学校的特点，而且兼顾了不同学习者的需求。

它以全面加强青少年的素质教育、美育教育，全面提升艺术教育中的基础教育为出发点，力求使教材既能上接高等专业艺术教育，又能下联普通中学的艺术、美育教育，真正成为学生进入高等艺术教育必备的专业基础教材。

我们相信，《中国艺术教育大系》（中专卷）作为当代我国中等艺术职业教育的主导性教材，它的广泛使用，一定能使我国的艺术基础教育更系统、更科学、更规范，使艺术基础教育有较大的提高，从而为我国艺术教育事业奠定一个更为广阔、更为坚实的基础平台。

<<舞蹈筋斗基本训练教程>>

内容概要

《舞蹈筋斗基本训练教程》的编写是为了适应21世纪我国艺术教育事业发展的需要而编撰出版的集科学性、规范性、前瞻性为一体的系统教材。

其选编思路，注意围绕“基础”这一主线，针对这个年龄段学生的思维和性格特点，强调了基本概念的清晰准确、严谨和科学。

本套教材明确了培养学生应用能力以及应变能力的重要性，注重对学生思维创新能力的培养。

同时，教材还具有语言表述生动形象、可读性强等特色，更适合艺术职业学校学生的心理引导。

<<舞蹈筋斗基本训练教程>>

作者简介

卢方，1953年3月出生于上海，1976年毕业于上海体育学院体操专业，同年进上海市舞蹈学校工作，担任毯体课教师，三十多年来，始终是教育一线的骨干力量，为舞蹈筋斗教材的建设和教学模式的更新不断探索，曾发表《舞蹈筋斗教学特征》等论文。

1988年评为中级职称，2006年获高级职称。

毕文彪，1954年2月生于上海，毕业于上海戏曲学校武功表演师资专业，1976年至今任职于上海市舞蹈学校毯子功专业教师，1988年获得首批讲师职称，长期在教育第一线从事毯子功教学教研工作，针对舞蹈毯子功教学特点有着长期的研究和实践，摸索出一套适合舞蹈舒展、优美的毯子功教学法，长期担任毯子功专业教研组组长。

<<舞蹈筋斗基本训练教程>>

书籍目录

序编者的话前言第一章 绪论第一节 筋斗在舞台上的运用第二节 筋斗的训练价值第三节 舞蹈筋斗的教学特征第二章 基本技术训练第一节 支撑类第二节 波浪类第三节 倒立类第四节 滚动类第五节 扑虎类第六节 滚翻类第七节 手翻类第八节 空翻类第九节 跳板、高台筋斗练习第三章 身体素质训练部分第一节 柔韧第二节 速度第三节 力量第四节 耐久力第五节 灵敏第四章 教学原则第五章 教学大纲与训练计划的制订第一节 大纲列举第二节 连串筋斗技巧组合列举第六章 帮助与保护第七章 筋斗教学的解剖和生理特点第一节 骨骼系统的特点第二节 肌肉系统的特点第三节 心血管系统的特点第四节 呼吸系统的特点第五节 神经系统的特点第六节 女子青春期的特点第八章 运动创伤的预防措施后记

<<舞蹈筋斗基本训练教程>>

章节摘录

插图：第二节 筋斗的训练价值系统的筋斗教学能有效地改善人体机能的工作能力，增强学生的体质，促进身体的正常发育。

筋斗训练在提高神经系统对肌肉的控制能力方面有非常明显的效果，它表现在肌肉工作时的反应速度、准确性和协调性等有着显著的提高。

筋斗对上肢力量的发展也正弥补了舞蹈训练中的薄弱环节，它对下肢爆发力量的发展具有独到之功。筋斗技术对柔韧、灵敏、速度、耐力和力量等身体素质的要求很高，发展这些素质不仅是掌握筋斗技术的基础，也是掌握舞蹈动作技能的基础。

大多数筋斗动作与人类正常活动的形式不同，它们要经过一个以手为支撑、身体倒垂或跳起在空中完成翻转的过程。

这一颠倒过程的训练对提高人体位觉能力、平衡能力是有积极作用的。

所以，筋斗训练是培养学生建立空中感觉、精确判断身体在空中的运动方向、变化时间以及掌握落地缓冲技术的最佳训练。

通过若干年的系统训练，学生能掌握有一定难度的筋斗技术，为丰富舞台艺术效果和扩大舞蹈语汇提供了来源。

另外，筋斗技术具有一定的危险性，所以它的训练更能培养学生沉着、勇敢、顽强拼搏的训练作风。

此外，娴熟的筋斗技术是一种自我保护的积极措施。

由此可见，筋斗教学具有使用价值和训练价值，提高这两种价值是我们每个教师的职责。

只有用科学的理论来指导教学，用先进的方法来取代陈旧的方法，发展和扩大那些与舞蹈艺术最为相关的部分，那么，我们的教学才能真正对各个方面产生良好的影响和巨大的作用。

第三节 舞蹈筋斗的教学特征舞蹈领域内的筋斗教学对象是舞蹈演员，教学的目的是为培养舞蹈人材和为舞蹈艺术所服务，这一范畴也就指定了我们教学的总任务。

<<舞蹈筋斗基本训练教程>>

后记

从事舞蹈筋斗教学的人，在脑力上和体力上要付出很多，唯有热爱这门教学，才是舞蹈发展的动力，我们的教学内容将会更精彩，训练价值也会随之提高。

本教程在编写过程中，有部分基本技术训练的内容主要是参考上海体育学院体操教材，部分动作插图是邵金宝老师的绘图，在此特意说明并深表谢意。

<<舞蹈筋斗基本训练教程>>

编辑推荐

《舞蹈筋斗基本训练教程》：中国艺术教育大系·中专卷,文化部中等艺术职业教育“十一五”规划重点教材,上海市舞蹈学校建校50周年系列丛书

<<舞蹈筋斗基本训练教程>>

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>