

《女子交谊体态美》

图书基本信息

书名：《女子交谊体态美》

13位ISBN编号：9787532360109

10位ISBN编号：7532360105

出版时间：2001-9-1

出版社：上海科学技术出版社

作者：刘亚娟

页数：144

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《女子交谊体态美》

内容概要

全书分为两部分，《训练前的准备》主要概括了体态美学和体态训练的的训练与要求。体态展示是实践训练，以组合动作为主。包括基本的和常见的站姿、坐姿、走步姿态以及生活、交往中特殊的体态练习。考虑到场地的局限性、可操作性和青年人的特点，教学内容具有实用性、选择性、趣味性。每一内容体现一种姿态，各具特色，但又紧密相连，展现的是女性的温柔之美。它不仅适用于学校的艺术教育，也适用于对美的追求热烈而执著的

《女子交谊体态美》

作者简介

刘亚娟，1953年生，上海体育学院副教授，全国体育学院艺术体操教材委员会成员，上海体操学协会会员。1976年毕业于上海体育学院，现任该院艺术体操教研室主任。长期从事竞技体操、艺术体操的教学训练工作，1996至1998年，曾先后赴澳门理工学院讲学，教授艺术体操，形体舞蹈，

《女子交谊体态美》

书籍目录

理论篇

第一章 体态美概述

第二章 体态训练应注意的事项

体态展示篇

第三章 基本体态展示

第四章 手臂形态展示

第五章 腿部形态展示

第六章 低姿体态展

第七章 走步体态展

特殊形态训练篇

第八章 特殊形态训练

形体素质训练篇

第九章 形体素质训练

《女子交谊体态美》

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：www.tushu111.com