

# 《舞蹈解剖学(第二版)》

## 图书基本信息

书名：《舞蹈解剖学(第二版)》

13位ISBN编号：9787040395401

出版时间：2014-7-1

作者：高云

页数：264

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](http://www.tushu111.com)

# 《舞蹈解剖学(第二版)》

## 内容概要

《舞蹈解剖学(第二版)》是以正常健康人体的形态结构为基础,主要研究人体形态结构机能和生长发育规律与舞蹈训练的相互关系,同时研究如何提高人体舞蹈技术、技能的学科。它既是舞蹈学的基础学科,又是对舞蹈教学、训练实践有很强指导意义的应用学科。

《舞蹈解剖学(第二版)》以运动系统为教材的主要内容,编写结构上依据主要运动关节,从结构、功能、作用肌肉为主线分别讲述,方便学生从身体功能应用上掌握解剖学知识。从人体结构的角度,加强阐述了舞蹈与人体形态相互间的影响,及如何正确、合理使用身体,避免舞蹈造成的身体损伤。在掌握正常人体形态结构知识的基础上,着重了解肌肉工作和动作分析的基本理论。通过学习,使舞者对舞蹈动作技术具有综合分析的能力,将理论应用于教学训练实践中,真正做到学以致用。列儿童少年与女子舞蹈训练特点等均作阐述,并探讨了舞者体能训练,包括影响运动素质的因素、发展素质的方法和注意事项。作为教材,本书同时兼顾人体解剖学的基础知识,简述了人体各系统组成与舞蹈训练的相关关系。还增加了舞蹈动作及训练方法的插图,使读者学习更加直观形象。

《舞蹈解剖学(第二版)》适于普通高等学校和艺术类院校舞蹈专业学生以及舞蹈爱好者学习使用。

# 《舞蹈解剖学(第二版)》

## 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。

## 书籍目录

### 目录

#### 第一章人体结构概述

##### 第一节元素与化合物003

##### 第二节细胞与细胞间质007

##### 第三节基本组织009

##### 第四节器官与系统012

##### 思考题015

#### 第二章运动系统概述

##### 第一节身体排列019

##### 第二节软骨020

##### 第三节骨骼概述021

##### 第四节骨连结概述030

##### 第五节骨骼肌概述041

##### 思考题051

#### 第三章人体各关节机能解剖

##### 第一节脊柱055

##### 第二节上肢080

##### 第三节胸廓096

##### 第四节下肢骨099

##### 第五节骨盆104

##### 第六节髋关节113

##### 第七节膝关节129

##### 第八节足部各关节139

##### 思考题 153

#### 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157

##### 第二节人体重心165

##### 第三节动作分析举例174

##### 思考题187

#### 第五章人体系统简介

##### 第一节神经系统191

##### 第二节循环系统202

##### 第三节消化系统206

##### 第四节呼吸系统209

##### 第五节泌尿系统212

##### 第六节感觉系统213

##### 第七节内分泌系统221

##### 思考题224

#### 第六章儿童少年与女子舞蹈的训练

##### 第一节儿童少年舞蹈训练227

##### 第二节女子舞蹈训练238

##### 思考题242

#### 第七章舞者体能训练

##### 第一节体能训练概述245

##### 第二节力量素质及其训练246

##### 第三节柔韧素质及其训练253

##### 第四节灵敏素质及其训练256

第五节耐力素质及其训练259

第六节协调能力及其训练262

思考题264

# 《舞蹈解剖学(第二版)》

## 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](http://www.tushu111.com)