

<<秧歌>>

图书基本信息

书名：<<秧歌>>

13位ISBN编号：9787508710433

10位ISBN编号：7508710436

出版时间：2006-9

出版时间：中国社会出版社

作者：薛萌

页数：163

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>

## <<秧歌>>

### 内容概要

秧歌是中国民族性最强的舞蹈形式，在漫长的岁月中，以人体动态保存文化与表现文化，在群众中间进行传承，从长期的历史发展中沉淀着时代文化观念和民族旗帜。

本书为“民族传统体育”系列中的一本，分“知识篇”、“竞训篇”、“健身篇”三篇，主要阐述了秧歌的基础知识与技法知识，融趣味性与知识性于一体。

全书叙述简明扼要，通俗易懂，能满足广大农民业余生活的需要。

## &lt;&lt;秧歌&gt;&gt;

## 书籍目录

知识篇 第一章 秧歌艺术的历史与展望 一、历史渊源 二、未来发展 第二章 秧歌运动的价值与意义 一、健身价值 二、社会价值 三、经济价值 四、群体价值 五、娱乐价值 第三章 中华秧歌的风格与类别 一、东北秧歌 二、陕北秧歌 三、河北秧歌 四、健身秧歌 第四章 配套装备介绍 一、服饰与道具 二、乐器伴奏竞训篇 第五章 基本动作介绍 一、扭秧歌的基本方法 二、常用的身体动作 三、基本步伐 四、持手绢扭秧歌的方法 第六章 队形变换方法 一、单队进行的队形图案 二、双队进行的队形图案 三、多队进行的队形图案 第七章 如何进行比赛 一、人数的确定 二、比赛形式 三、对裁判员的要求 四、评分的一般原则健身篇 第八章 秧歌运动的运动时间、运动强度 一、运动时间 二、运动强度 第九章 秧歌运动对身体各系统的影响 一、呼吸系统 二、循环系统 三、消化系统 四、神经系统 五、能量代谢系统 六、运动系统

<<秧歌>>

编辑推荐

我国民间文化内容丰富，形式多样，源远流长，它是中华民族文化百花园中的一块珍奇的宝地。民间文化的营养哺育了一代代中华儿女，千百年来以其特有的资质陶冶与塑造着民族性格。

<<秧歌>>

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>