

# 舞蹈训练学



[舞蹈训练学\\_下载链接1](#)

著者:杨鸥

出版者:

出版时间:2009-3

装帧:

isbn:9787807512967

《舞蹈训练学》是专门研究和指导舞蹈训练的科学理论。它运用现有舞蹈科学的原理和方法，揭示在舞蹈训练过程中有机体发生变化的现象及规律，研究舞蹈训练的原理和方法，为舞蹈基本功等各门专业技术课的训练提供科学指导。

《舞蹈训练学》的主要内容包括舞蹈专业能力和舞蹈基本能力的基本理论；舞蹈训练适应、训练负荷和训练恢复的原理及其应用；舞蹈力量能力、柔韧能力、速度能力、灵敏能力、耐久能力以及技术能力、心智能力的训练手段、训练方法、训练原则、训练要求；少儿女子训练的特点以及各项基本能力的辅助训练等。比较系统地回答了“为什么练”、“练什么”、“怎么练”和“练多少”的问题。

《舞蹈训练学》中的各部分内容分别适用于舞蹈相关专业的专科、本科学生的专业理论课教学，也可以作为舞蹈科学训练专业方向硕士生的教材，更适用于舞蹈教师作为训练教学的常用参考书。

作者介绍：

目录：

[舞蹈训练学 下载链接1](#)

标签

舞蹈

对舞蹈训练很有指导性的理论和提高训练的价值

教学

艺术

指导

wd

评论

没什么特别的。

-----  
对舞蹈训练很有指导性的理论和提高训练的价值

[舞蹈训练学 下载链接1](#)

书评

[舞蹈训练学 下载链接1](#)