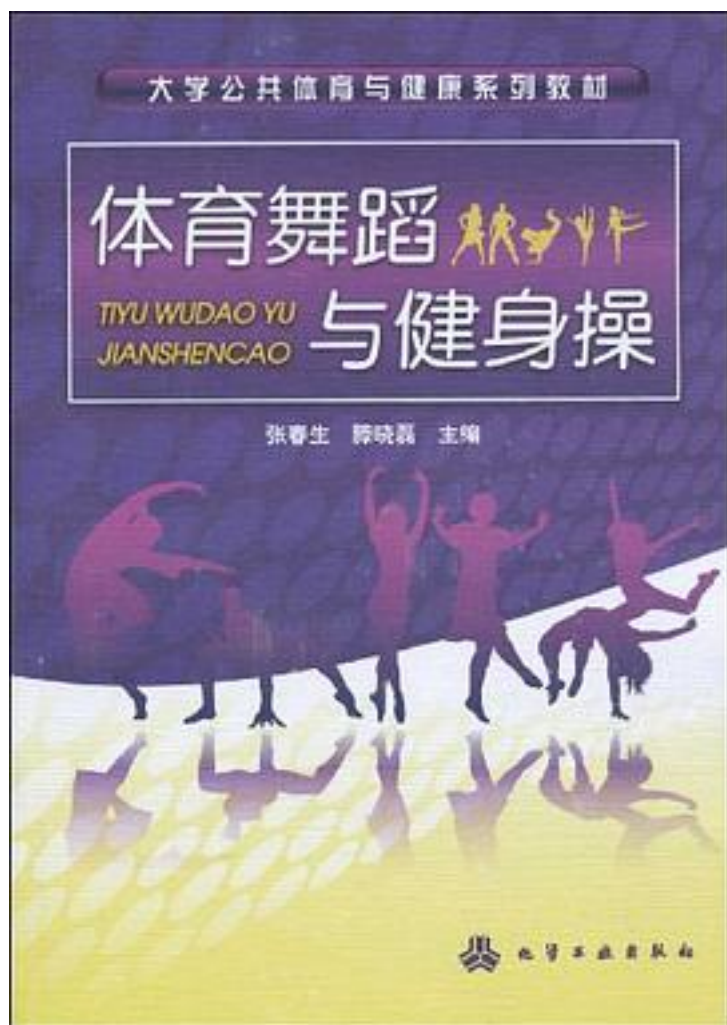


体育舞蹈与健身操



[体育舞蹈与健身操_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2009-9

装帧:

isbn:9787122065612

《体育舞蹈与健身操》是高等院校公共体育课程教材，分上、下两篇，共13章。上篇体

育舞蹈：主要为体育舞蹈的基本内容、起源和在我国的发展现状，对中西方舞蹈的文化进行了比较，同时介绍了拉丁舞、摩登舞的基本技术、音乐和基础套路，体育舞蹈的竞赛规则裁判法和术语中英文对照。下篇健身操：主要为健身操的概念和发展趋势，大众健身操的基本技术、音乐和套路，自我检测的方法、医务监督和营养保健指导，形体训练的方法等内容。

《体育舞蹈与健身操》通俗易懂、图文并茂，每章节内容的后面配有思考题，可作为本科院校的体育舞蹈与健身操的教材，也适用于高职高专、成人教育教学使用，还可以作为广大社区居民锻炼身体的自学教材。

作者介绍:

目录:

[体育舞蹈与健身操_下载链接1](#)

标签

评论

[体育舞蹈与健身操_下载链接1](#)

书评

[体育舞蹈与健身操_下载链接1](#)