

形体仪容训练



[形体仪容训练 下载链接1](#)

著者:靳梅媚

出版者:

出版时间:2009-9

装帧:

isbn:9787900708267

为了贯彻党的教育方针，推动我国职业教育的改革和发展，完善职业教育专业人才培养规格的课程体系，根据职业教育的特点与要求，我们编写了这本教材。本书将形体仪容

训练作为公共素质课程之一纳入教学内容，旨在大力推进校园文化建设，培养有时代特征和健康向上的新世纪人才，为学校营造活跃、文明的文化氛围。

形体仪容训练作为人文素质教育内容之一，对加强大学生的自身修养和培养良好的行为规范极为重要。现代社会呈现多元化，对高素质人才的需求增加，形体仪容训练已成为培养人才的必修课程。为了使学生德、智、体、美全面发展，满足社会的需求，增强他们的社会竞争力和自信心，为社会营造文明优雅的环境，我们以大学生生理特点和形体美的要素为依据，综合并参考了中、外形体训练的教学方法和内容，重新确定了形体仪容训练的教学体系，注重知识和能力、兴趣和爱好、理论和实践三者相结合。本书在内容结构上讲究教材的科学性、规范性与实用性；在形式上讲究图文并茂，是一本集实训、教学、实践和岗前培训于一体的新型教材。学生可以通过学习来掌握形体仪容训练的基本知识和技能，使自己具备现代人的健美形体和精神面貌。

本教材内容共六章：第一章是概述，主要阐述形体美的概念，形体仪容训练的内容和意义等；第二章是形体仪容基本素质与技能训练，包括身体的各项素质训练，注重技能、技巧的艺术训练，强化体型的塑造……

作者介绍：

目录：

[形体仪容训练 下载链接1](#)

标签

评论

[形体仪容训练 下载链接1](#)

书评

[形体仪容训练 下载链接1](#)