



[课程介绍](#) | [教学大纲](#) | [主讲教师](#) | [基本技术](#) | [导学导练](#) | [多媒体课件](#) | [音像资料](#) | [相关链接](#)

您现在的位置: [首页](#)>>[课程介绍](#)

#### 课程介绍

体育舞蹈也称体育舞蹈运动, 俗称舞蹈运动。它既不是传统体育的同体育, 又不是传统舞蹈的舞蹈, 而是体育与舞蹈的叠加, 是舞蹈的运动化, 又是运动化的舞蹈。它是一种按国际上规定的规范化标准舞动作进行锻炼和比赛的运动项目。因此, 国际上也把国际标准交际舞称为体育舞蹈。体育舞蹈的起源, 可以追溯到公元10世纪以前, 但在我国, 直到改革开放以后才逐渐开展起来, 虽然起步晚, 但发展势头强劲, 作为一种有效的健身手段在很短的时间内迅速普及开来。近几年, 随着我国高校愈来愈重视校园文化和群众性体育活动的开展, 许多新鲜的健康的体育活动被引入高校, 其中, 体育舞蹈作为一种体育与美育兼修的课程尤为广大学生所喜爱。

本校的体育舞蹈课程将全面为您介绍体育舞蹈的理论与实践知识, 文字与图像、音像资料并重, 并提供国际比赛的现场录像, 这些都将帮助您有效地学习舞蹈动作与对体育舞蹈项目的理解。同时, 在实践课程中, 教师不但注重传统的体育舞蹈套路的教授, 增强学生体质, 更强调对学生对体育舞蹈项目的内在理解, 开发学生的创新能力, 提高学生审美能力和艺术修养, 从而促使学生在德、智、体、美诸方面得到全面的发展。