

交谊舞

手册

Jiaoyiwu



江西教育出版社

交谊舞 手册

刘国治 李则琴



江西教育出版社

一九八五年·南昌

彩照摄影 许景辉
插图 郑豪季 刘 跃
责任编辑 涂世陶

交 谊 舞 手 册

刘国治 李则琴

江西教育出版社出版

(南昌市第四交通路铁道东路)

江西省新华书店发行

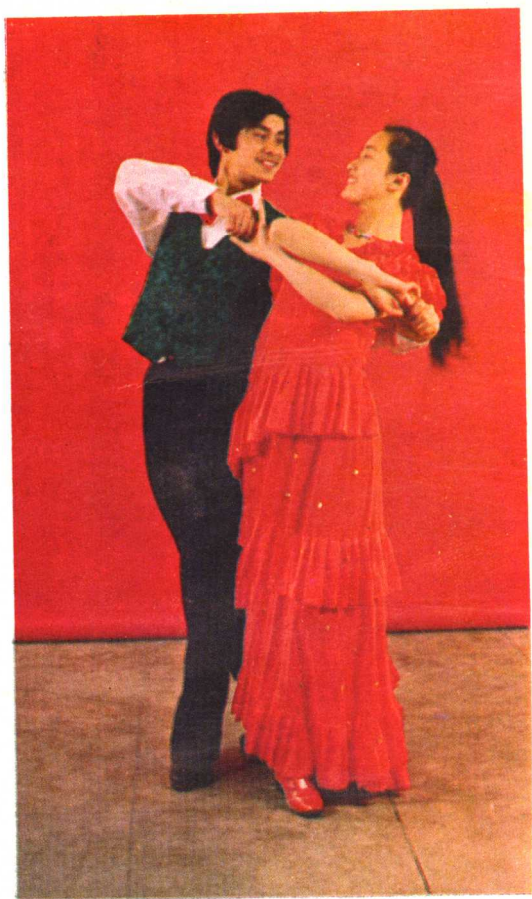
江西印刷公司印刷

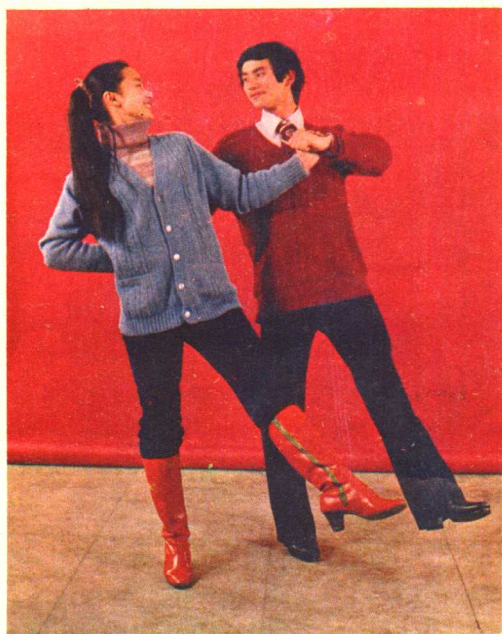
787×1092毫米 开本1/36 印张6 字数：11 万

1985年12月第1版 1985年12月第1次印刷

印数 1—6,500册

统一书号：7424·60 定价：1.00 元



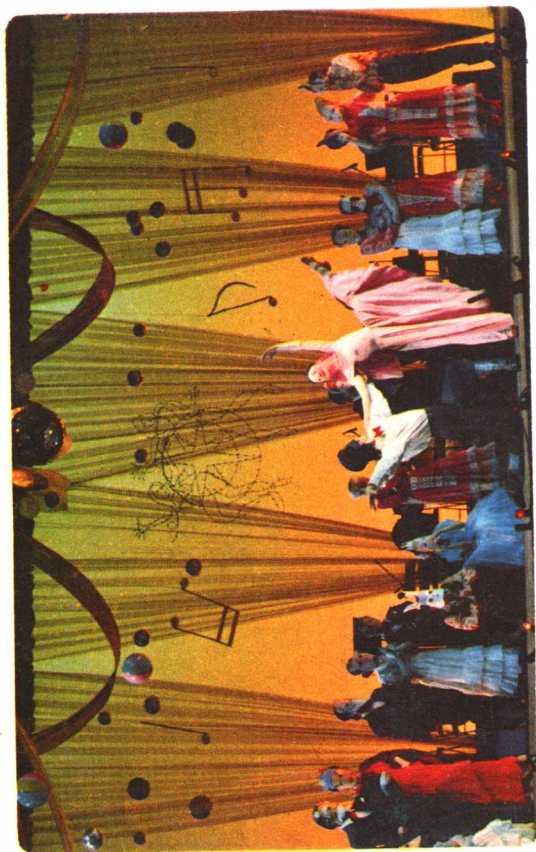


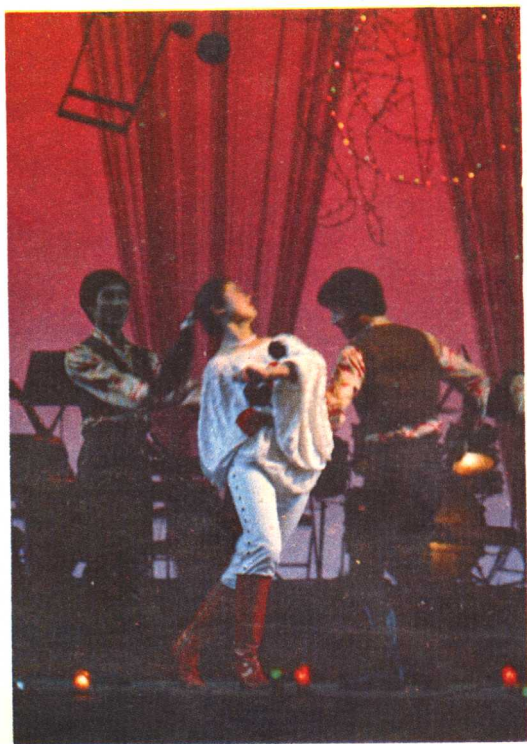
此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongh.com













目 录

序言.....	郭明达 (1)
交谊舞的礼貌.....	(5)
交谊舞会的组织.....	(8)
交谊舞的音乐.....	(11)
交谊舞的姿态.....	(14)
交谊舞的舞程向.....	(23)
勃鲁斯 (慢四步)	(25)
勃鲁斯基本步法.....	(26)
四步直进.....	(26)
四步直退.....	(27)
左侧身四步直进直退.....	(27)
侧身之字形前进.....	(28)
向左转 (四步一圈)	(28)
向右转 (四步一圈)	(29)
向左转 (八步一圈)	(30)
进退左转步.....	(31)
退进右转步.....	(31)
跨交闪步.....	(32)
前进横并.....	(33)
后退横并.....	(34)

前后步.....	(34)
狐步舞 (快四步)	(36)
狐步舞基本步法.....	(37)
四分之一转.....	(37)
进退45度转.....	(38)
叠步.....	(39)
斜进纹步.....	(40)
纹步横并.....	(40)
横并步.....	(41)
回旋步.....	(42)
华尔兹 (慢三步、快三步)	(44)
慢华尔兹基本步法.....	(45)
正步直进.....	(45)
正步直退.....	(46)
四方步.....	(47)
原地进退.....	(48)
左侧身前进.....	(49)
侧身之字形交叉前进.....	(50)
右转.....	(51)
左转.....	(51)
左转身.....	(52)
摇步.....	(53)
快华尔兹基本步法.....	(54)
左转侧退.....	(54)
旋转.....	(55)

后侧前进·····	(56)
原地前后浪步·····	(57)
左右浪步·····	(58)
探戈 ·····	(59)
探戈基本步法·····	(62)
右侧斜进·····	(62)
左侧斜进·····	(63)
斜进转身·····	(63)
直线进退·····	(64)
横向滑动·····	(65)
向左转身·····	(66)
倾倒·····	(66)
靠脚转·····	(67)
探戈组合·····	(68)
迪斯科 ·····	(74)
迪斯科基本动作·····	(78)
原地摆胯·····	(78)
走步摆胯·····	(78)
双手捂耳·····	(78)
摆胯吸腿·····	(78)
向前伸脚·····	(79)
横走步·····	(80)
蹉步压脚跟·····	(80)
左右小拐·····	(81)
点步拐脚·····	(81)

两步一退.....	(82)
横叉前点提胯.....	(82)
左右提胯小组合.....	(83)
左右横点步.....	(84)
老头后退步.....	(84)
左右响指小组合.....	(84)
轮巴	(86)
轮巴基本步法.....	(88)
二步横走.....	(88)
四步横走之一.....	(89)
四步横走之二.....	(89)
方步.....	(90)
点步前进.....	(91)
交叉步.....	(91)
吉特巴	(93)
吉特巴基本动作.....	(93)
基本动作.....	(93)
女右回转.....	(95)
女左回转.....	(96)
环步.....	(97)
男女换位步.....	(98)
男女后退步.....	(99)
集体舞	(100)
青春之舞.....	(101)
青春圆舞.....	(106)

金梭和银梭·····	(110)
友谊舞·····	(117)
交友舞知识·····	(127)
风靡西方的布瑞克舞·····	(127)
爵士乐舞与迪斯科·····	(130)
派司·····	(133)
起舞话当年·····	(134)
中外优秀舞曲选·····	(139)
我的太阳·····	(139)
鸽子·····	(140)
紫竹调·····	(141)
花儿与少年·····	(144)
巡逻兵·····	(147)
西班牙斗牛舞·····	(148)
跳吧！跳吧！·····	(151)
喜洋洋·····	(151)
静静的湖泊·····	(153)
伦敦德里小调·····	(156)
红河谷·····	(158)
葡萄牙四月·····	(160)
宝雪花·····	(164)
蓝色多瑙河圆舞曲·····	(165)
深深的海洋·····	(173)
溜冰圆舞曲·····	(173)
西班牙女郎·····	(178)

桑塔·露琪亚·····	(180)
杜鹃圆舞曲·····	(181)
多瑙河之波·····	(184)
马兰花开·····	(185)
魂断蓝桥·····	(188)
彩云追月·····	(191)
蓝色探戈·····	(192)
送我一枝玫瑰花·····	(194)
蓝天·····	(197)
青春的舞步·····	(200)
单程车票·····	(202)
巴比伦河·····	(203)