

# 教师舞蹈技能赛活动方案设计 教师业余舞蹈活动方案(模板5篇)

为了确保我们的努力取得实效，就不得不需要事先制定方案，方案是书面计划，具有内容条理清楚、步骤清晰的特点。通过制定方案，我们可以有条不紊地进行问题的分析和解决，避免盲目行动和无效努力。下面是小编为大家收集的方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 教师舞蹈技能赛活动方案设计篇一

项目名称：“多彩华章缤纷舞姿”

——\_\_师范大学首届民族舞蹈大赛

起止时间：\_\_年3月至6月

实施单位：\_\_师范大学学生社团联合会

支持媒体：\_\_日报……

### 一、背景及现状

二十多年改革开放的深入发展，极大促进了各民族的兴旺繁荣，各民族间的共同因素不断增多，在互助中凸显共同进步。而今民族传统文化正逐渐被时代消磨，我们应该深刻反省和珍惜五千年各民族传统文化的结晶。学生社团联合会举办的\_\_师范大学首届民族舞蹈大赛正是基于此出发，旨在让同学们了解各民族的不同文化，增进民族感情，营造活跃，浓郁的校园文化气氛。

### 二、目标人群

\_\_师范大学全体在校学生

### 三、项目目的

### 四、项目策略

1以学院为单位分别推荐一个民族舞蹈

2重点打造西藏，新疆等少数民族的特色舞蹈，增加活动亮点

3与校报，青通社，校电台等校内媒体合作，在校内进行此次大赛的广泛宣传，引导健康向上的精神面貌。

4借助\_\_日报，海峡都市报，\_\_新闻频道等社会媒体进行宣传报道

### 五、项目主体

1\_\_年3月初，以海报等形式进行前期宣传

2\_\_年3月中旬，进行报名征集舞蹈

3\_\_年3月底，进行节目筛选，打造精品节目

4\_\_年4月，以晚会形式进行汇演，现场为评选出的优秀节目颁奖

### 六、项目评估

在该项目的计划、准备、执行过程中，对该项目进行充分的评估，具体涉及项目准备工作、组织进展、受众群体、报道情况及社会影响力等方面。

### 七、项目经费预算

一万三千元人民币

## 教师舞蹈技能赛活动方案设计篇二

### 一、活动目的：

利用暑期时间，让业余拉丁、摩登学生接触到全国一流的专业院校，体验专业化教学，提高学员们对舞蹈认知程度，提升业余学员舞蹈专业水平。

### 二、活动性质：

为提高学员的舞蹈专业水平，我校以丰富学生暑假生活为宗旨，汇集国内外名师教学指导，与游览名胜相结合为活动契合方式；让学员在“学”与“玩”的同时，通过辅仁校本1-3级特色的精选教程的指导教学，不但让学员得到舞蹈专业的全面提升，还充分的感受了在以经济文化教育为中心的首都大城市的教育环境与氛围。

### 三、活动亮点：

- 1、丰富学生的暑期生活，提高学员的专业舞蹈水平。
- 2、体验国际知名比赛选手亲临指导与国内一流舞蹈专业院校的教学环境和管理模式，以及辅仁专业教师团的指导教学。
- 3、对学员针对性的运用辅仁校本1-3级特色课程精选。
- 4、以专业的旅游线路为依托，寓教于乐，在玩与乐中得到舞蹈水平的提升。
- 5、课程开设丰富，在拉丁和摩登的基本课程外，附加芭蕾舞、民族舞、流行舞等课程。

6、通过体验式教育，让学员树立理想，提高自信，学会沟通交流，在阳光下成长，快乐中学习。

#### 四、安全保障：

- 1、学校有专门负责人陪同，并为每位学生购买旅游意外险。
- 2、活动期间，老师全程带队随行，学生需严格遵守出行纪律。
- 3、专职老师每天在就寝前查房，确认每名学生都在自己房间内，严禁学生私自结伴出校。
- 4、入住后老师可以提醒学生打电话告之父母各方面情况。

#### 五、学员守则：

- 1、遵守辅仁的活动作息时间，注意安全和卫生，学会自我照顾和自我保护。
- 2、出现任何问题和意外，请第一时间汇报至陪同老师或学校负责人员有效解决，若有急事须向陪同老师或学校负责人员请假。

六、报名范围：全国各省、自治区、直辖市的热爱舞蹈的. 所有青少年朋友均可报名参加。

七、年龄限制：8-16周岁。

八、活动费用：3200元/期/人。包含：1、活动纪念品t恤，纪念照等。2、活动期间餐费、住宿费、课时费、管理费等。3、景点门票费用、旅游大巴费用、导游费用(仅限a/b/c学员)等。4、接送站车费、服务等。

九、套餐服务：1)套餐分类：套餐分为四种套餐，分别

为a/b/c/d□

2) 套餐详解:

a套餐2+1=3(两天课程加一天旅游)费用1500元。

7月21日报到, 22日、23日正常行课, 24日旅游。

b套餐3+1=4(三天课程加一天旅游其中包含免报名费入学考试)费用元。7月24日报到, 25、26正常行课, 27日旅游, 28日早8点-下午3点行课8课时。3点半开始入学考试包括文化和专业。

c套餐5+2=7(五天课程加二天旅游, 其中包括免报名费参加入学考试)费用3200元。7月21日报到, 22、23日行课, 24日旅游, 25、26日行课, 27日旅游, 28日下午3点前上满8课时课程, 3点半开始进行入学考试。

d套餐5天高强度专业训练, 3200元。8月22日报到, 23日-27日正常开课, 其中27日下午3点半统一参加入学考试。

十、带队老师待遇:

套餐a带队老师提成为200元/名(学员), 套餐b带队老师提成为300元/名(学员), 套餐c与d带队老师提成为500元/名(学员), 享受每天2小时(一小时拉丁一小时摩登)的免费教师培训课程, 有针对性的指导教学, 根据套餐天数安排课时。

## 教师舞蹈技能赛活动方案设计篇三

一、指导思想:

为丰富学生的课余生活, 培养学生对舞蹈学习的兴趣, 为舞蹈爱好者进行舞蹈基本功的训练, 提高舞蹈专业素质, 使其

达到学习舞蹈的步要求，具有健美、灵活的体态。通过训练，让学生掌握较普通的舞知识并兼备音乐与舞蹈的艺术表现力，使学生具有审美能力和鉴赏美的能力，为各种活动的参与做好充分的准备。

## 二、情况分析：

在全面提高小学生的综合素质的同时，为促进学校艺术教育的健康发展，特制定本学期舞蹈兴趣班的计划。准备把本次舞蹈兴趣班的教学重点放在对成品舞蹈的训练上。由于舞蹈基本功，协调能力和对音乐的感受力都是刚刚开始发展，虽然有较强的积极性，但是手脚并不听使唤，不能按照老师的要求进行练习。这便需要我们老师策划出新颖适合的教学内容，形成自己独特的教学风格和耐心的'教学态度，使学生产生亲切感，提高对舞蹈学习的能力。

## 三、活动目的：

- 1、把身体训练成有表现力的工具，动作协调，对动作、音乐、节奏等的感知更敏锐。
- 2、学习成套的舞蹈基本动作，掌握基本的站姿、坐姿及腰、腿软开度的训练方法；
- 3、学习初级舞蹈组合，训练学生动作的协调性和艺术表现力。
- 4、培养个人与个人、个人与集体共同合作的能力。
- 5、培养创造力、即兴表演能力以及艺术欣赏力和鉴别力。
- 6、通过舞蹈训练，培养学生积极向上的心理素质和意志品质。

## 四、活动内容：

- 1、教会学生正确地掌握舞蹈的基本要领，简单的把上，把下

的练习，知道基本的手位，脚位。

2、地面练习：勾绷脚、压腿、开胯、竖叉、横叉、抱花篮、地面压腿、下腰、头勾脚。

3、把杆练习：压腿、压肩、擦地、蹲、下胸腰、腰腹动作、后踢腿、踢腿。

4、要求全体队员都能在教师的训练下基本达到下叉，对个别软度不好的队员可加深练习，把上的训练有基本手位，脚位，一位的擦地，蹲，丁字位的前擦地，旁擦地，腰部的训练、腿部的训练的撩腿、弹腿、踢腿。

5、要求学一些儿童舞蹈中常见的舞步的组合。

6、对个别好的队员进行个人素质的提高，技巧方向可加深一些。

## 五、活动措施：

1、引导学生观看舞蹈录像带，帮助学生寻找舞蹈感觉。

2、逐段示范、讲解动作，逐个辅导。

3、学生个人练习和个别辅导相结合。

4、采用学生互帮、好学生示范的方法，进一步提高水平。

## 六、具体的活动安排：

(1) 活动时间安排：每周三下午第三节课

(2) 具体活动安排：

1、开学的一个月之内，对学生进行强化基本功训练，尤其是

一年级的的小学生，他们身体的协调能力非常差，教师通过有趣的基训，使学生腿的开度和腰有一定的控制能力，压腿、踢腿、下叉，下腰等内容顺利完成。

2、当学生在地面完成软度开度的训练以后，可以进行把上规范而且简化的芭蕾训练，使孩子们的形体、姿态、腿线条、腰腿的软度、力度和控制进一步提高。

3、下一个训练是中间训练，这是使孩子们掌握、熟悉、提高表演能力和技巧的重要部分，这个训练主要解决形体、中心、控制和呼吸，因为只有掌握这些才能完成舞蹈的表演。

4、通过组合的练习，使学生加深基本功训练的系统性，更好的服务于平日的舞蹈之中。

在舞蹈教学中，我们采用舞蹈示范、舞蹈欣赏、边歌边舞、音乐反应、模仿与想象、组合与成品舞编排等丰富多样的教学形式，调动学生全身的多种器官，提高学生动作的协调性。并着重进行基本功训练，将学生舞蹈形象化，通过形成有趣的故事或者舞蹈造型来启发学生的想象力、表现力。

## 七、具体进度计划：

### 第1、2周

中间活动(碎步、前碎步);地面练习(胸部练习、勾绷脚、双吸腿);扶把练习(体态、推脚背脚尖、正步半蹲);中间练习(正步半蹲、绷脚走步)。

### 第3、4周

中间活动(跑跳步、绷脚走步);地面练习(转头、肩、前压腿);扶把练习(推脚背脚尖、正步半蹲、正步半脚尖起立、正步小跳);中间练习(踏点步、手臂练习)。

## 第5、6周

中间活动(行进踏步走);地面练习(勾绷脚、腰部练习、正步吸腿、开度练习);扶把练习(正步半蹲、正步吸腿、小八字步半脚尖起立);中间练习(原地吸腿步、正步小跳、后踢步跳组合)。

## 第7、8周

行进踏步走;地面练习(勾绷脚、腰部练习、正步吸腿、开度练习);扶把练习(正步半蹲、正步吸腿、小八字步半脚尖起立);中间练习(原地吸腿步、正步小跳、后踢步跳组合)。

## 第9、10周

中间活动(后踢步跳);地面练习(勾绷脚、转头、双吸腿);扶把练习(体态、推脚背脚尖、半蹲、一位擦地);中间练习(半蹲、手臂练习)。

## 第11、12周

中间活动(正步吸腿);地面练习(勾绷脚、肩、盘腿竖叉前压腿、躺地45度前踢腿);扶把练习(脚位、半蹲、一位擦地);中间练习(正步半脚尖加压脚跟、绷脚走步)。

## 第13、14周

中间活动(正步吸腿跳);地面练习(转头、勾绷脚、团身吸腿、盘腿横叉旁压腿、躺地45度旁压腿);扶把练习(体态、推脚背脚尖、半蹲);中间练习(绷脚走步、横磋步)。

## 第15、16周

中间活动(前后点地走);地面练习(勾绷脚、肩、后弯腰、躺地45度踢后腿);扶把练习(一位擦地、半蹲、一位小跳)中间

练习(一位擦地、一位半蹲、手臂练习)。

第17、18周

地面练习(转头、肩、开度练习、躺地前90度吸抬腿、躺地旁90度吸抬腿、后弯腰);扶把练习(一位擦地、踮步、后踢步跳)。

第19、20周

中间活动(正步吸腿);地面练习(勾绷脚、肩、盘腿竖叉前压腿、躺地45度前踢腿);扶把练习(脚位、半蹲、一位擦地);中间练习(正步半脚尖加压脚跟、绷脚走步)。

第21、22周

复习检查。

## 教师舞蹈技能赛活动方案设计篇四

业余舞蹈授课应注意什么问题【1】

1, 场地准备:

舞蹈教室的场地要求使用略有弹性的舞蹈地板或舞蹈地胶,避免关节伤害。

杂物统一在物品柜集中管理,教室内尽量避免堆放衣服、包裹、袋子、水杯、饭盒、零食等杂物。

2, 课前准备:

老师在点名的同时还要关注学员是否按要求着装,检查学员的精神状态,发现有生病的学员应劝其不要坚持,这既是为

了保证患者的休息，也是为大家考虑；老师的装束，言语乃至情绪给学生的印象很重要，学生认准你了，学习就会轻松愉快。

衣着不宜太花俏，吸引学员的应该是你的姿态和情绪，而不是其他，简单真实的你最好，最容易的到尊重和真诚；老师还应该多关心和了解你的学生，观察和体会学生的情绪及生活、工作甚至婚姻家庭中的苦与乐，善待学生，彼此接受，关系融洽才能享受教与学的美好过程。

### 3，课程准备：

课前一定要备课，在教学过程中，学生是能感受到老师是否认真备了课的。

教师唯有备课时的精心安排和通盘考虑，才会有课堂上的引导与互动，上课才会从容。

凡所授之课应有清晰的教案，课前要对学员有交代，学的内容具体是什么，老师决不能仅仅是带操，带练。

而是教授完整的舞蹈课程：有背景材料、有文化渊源、有阶段、有验收、有成果。

### 4，热身环节：

这是必不可少的环节，不能忽视每一个人，尤其是外面天气较冷时刚进入室内更不能忽视热身。

别小看热身，这不仅是身体的预热，还是情绪的引导。

老师上课时充满激情，才能有效的调动出学生的. 主动性和积极性。

### 5，教授过程：

老师应记住每一个学生的名字，教师随时能叫出学生的名字，学生就会感到获得了尊重，自然对教师产生了信任感、亲切感，这种情况下的教学效果往往会更好。

授课前最好先请大家把前一次课的内容简单复习一遍，再开始学新的课程。

授课过程中老师应该关注到每一个学员，有可能班级里的学员水平有差距，但应该顾及到共同的进度，课下可以请大家公认跳得比较好的学员来辅导还未跟上来的学员。

## 6， 老师示范与学员师范：

学员普遍没有掌握动作时老师一定要做示范，直到有学员掌握了，可以请已经掌握的学员做示范，另一个环节是请没有掌握或掌握得不准确的学员也要做做看，请大家告诉她她的问题出在哪里，别的同学也会因此受到提示。

都掌握的差不多时，老师还应该在做一次师范，让大家找找感觉，确定一下自己掌握的程度。

我提倡舞蹈教师在每堂课上都要亲自走到每一个学员面前去纠正动作。

这样学员会感到你对他的关注，他就不容易“溜号”。

有可能的话，学员的位置要有前后或左右的轮换，这保持了公平性，也有利于提高学员的适应性。

## 7， 课程回顾与答疑：

舞蹈老师在下课前一定要用口头语言把课程回顾一下，以加深印象，因为仅仅是跳出来而没有说出来，还不是完整的沟通，也无法课下交流。

此外还要提示下节课要教什么，心里还没有底的同学课余时间就会去加练。

现在随着数码产品和网络的发展，播放工具和音视频资料很方便传播。

## 8，课程验收：

下课前一定要请所有同学都把当堂的内容分批或集体跳出来。

别小看这个验收，学生一定会因此清楚自己的成果和差距。

## 9，班级管理：

每个班保持15人到25人之间，每个班一定要设一名管学习的班长和管“杂事”的副班长。

根据不同班的具体情况。

各班可能会有不同的管理风格，形成不同的“班风”。

## 儿童舞蹈授课方法【2】

### 1、音乐选择

首先教课音乐选择上针对年龄过小的孩子，不要使用过于缓慢或节奏感不强的音乐。

因为我们的授课音乐直接改变着小孩的上课情绪。

没有好的积极得上课情绪老师再怎么卖力的授课，小孩没有吸收老师的内容。

那么你的课等于白上。

## 2、课程安排

小孩的舞蹈授课课程，基础训练与舞蹈教学表演，应该对半处理。

单一注意了舞蹈表演，没有很好地加入舞蹈基础的训练。

后面的课程不好推进，因为小孩没有基础训练的意识。

基础训练包括站姿坐姿手位爬前屈小胯大胯两头起等舞蹈表演教学这块选材很重要。

首先要考虑所教授孩子的年龄、身高、接受能力等。

幼儿表演最好选用夸张的表演训练。

不要可以纠正动作的规范性，因为小孩是思想最活跃、想象力、创造力的时候过分的纠正固定动作，会把小孩的天性磨灭，那么就没有作到教育的根本目的。

因为舞蹈表演有别于舞蹈基础训练。

舞蹈基础训练是规范小孩的基本姿态，舞蹈表演则要释放小孩的天性。

## 3、如何沟通

与幼儿沟通，首先要调整自己的身份。

不要把自己在作为教师去与小孩沟通。

因为业余培训大多在周末。

周内小孩已经在一个拘谨的文化的教育体系进行学习。

来到舞蹈教室首先就是让孩子有一个得到释放的感觉。

很多小孩学舞蹈，一段时间后，放弃了学习的原因就是小孩的内在压力很大。

所以我们幼儿舞蹈的授课过程中，要给小孩一种朋友，大姐姐、大哥哥的感觉，这样小孩才没有约束感，才会放松自己。

这样老师的授课才能被孩子更好地吸收。

孩子也愿意进行舞蹈的训练。

因为他不会再把舞蹈当做一种课程。

而是一种释放情绪的活动。

这样老师好教学生易学。

#### 4、与家长共同帮助孩子发展

首先先让家长配合我们得让家长知道我们学习的目的，让家长知道我们训练的重要性。

可适当的让家长参与到我们的教学中来，开展亲子课堂。

让家长去体验舞蹈教学的学习过程。

也可布置作业给学生。

这样可以督促学生的学习也可以更好地引起家长的重视。

家长了解重视了教师才能与家长达成统一目标，这样才能使学生更好地学习发展。

# 教师舞蹈技能赛活动方案设计篇五

二、活动主题：民族风情展示，民族文化宣扬

三、活动时间：2019年11月7日星期三晚上8：00～9：30

四、活动地点：食堂四楼团委多功能厅

五、活动内容：主要包括民族舞蹈表演，民族乐器演奏和民族语言

1. 葫芦丝演奏
2. 西-藏国家登山队代表访谈
3. 民族知识有奖问答，设置3个问题
4. 傣族舞欣赏
5. 学跳民族舞蹈
6. 民族语言竞猜
7. 民族舞表演
8. 民族知识有奖问答，设置3个问题
9. 琵琶演奏

活动细则：

1. 民族知识有奖问答一共设置6个题目，三等奖3名、二等奖2名、一等奖1名
3. 邀请嘉宾和各社团社长上台学跳民族舞蹈

六、活动要求：通过成功举办本次活动,使社团内部合作更加默契,加强社团与社团间的交流;同时,通过活动及时了解社团内部工作分配的成功与不足,推动社团未来的发展.

七、宣传方式:

1. 制作宣传板, 摆放于食堂前
2. 在各宿舍楼张贴宣传小样
3. 短信通知相关社员届时到场
4. 邀请社团领导, 部分社团的社长作为现场嘉宾

八、经费预算: 合计141元

2. 民族语言竞猜准备6个奖品, 每个5元, 一共30元
3. 学跳民族舞蹈, 现场参与者有小礼品派发, 准备10份礼品, 每份3元, 一共30元
4. 绘制宣传板, 购买素材需要相应花销, 预计40元(若团委有材料则先从团委申请外借)

九、活动支持:

2. 活动经费需要团委给予支持
3. 需要向团委借用宣传板