

最新舞蹈室的教学计划表(实用8篇)

读书计划是指在一定时间内为了提高知识水平而安排的读书活动。请大家参考下面的教学计划案例，相信能够对你们的教学工作有所帮助。

舞蹈室的教学计划表篇一

1、课程的性质、教学目的.：

舞蹈是一门专业技能课。本课程的教学目的是：学生通过本课程的学习，掌握舞蹈教育和舞蹈表演专业舞蹈技能，掌握训练方法，提高舞蹈素养，毕业后能胜任舞蹈教学和舞蹈表演工作，成为合格的教师和舞蹈表演者。

2、教学任务：

学生通过本课程的学习，具有适应舞蹈需要的正确身姿、完整、流畅、正确、优美地表演各种风格的舞蹈，掌握舞蹈的基本理论，具有创编幼儿舞蹈、组织幼儿舞蹈教学的能力。

3、教学基本要求

舞蹈技能是一门规范性、理论性、实践性较强的课程。教学中，应按照幼师专业培养目标的要求，突出“三基”内容的教学，使学生对教学内容全面掌握。融会贯通，达到培养目标所规定的要求。

本课程应以舞蹈基本理论、舞蹈技能训练为基础，音乐教学法相配合。

1、教学方法：

本课程不是纯理论性课程。其核心是解决实践的问题。在教

学中一定要结合学生的实际水平工作的要求，加强技能训练，提高学生的舞蹈素养。同时，根据培养目标的要求，突出实践环节。提高感性认识。

2、教学形式：

为使每个学生都能达到培养目标的要求，教学形式以教师讲授、示范作为基础，同时，针对不同水平层次的学生进行小组教学和个别指导与之配合。 第一学期(注重软开度的练习)

3、教学目的及教学要求：

通过本单元学习，要求初步掌握舞蹈的基本知识，具有正确的身体姿态，掌握舞蹈的基本舞步。动作有一定的力度和节奏感，舞蹈动作协调。

4、学时安排60学时

专业开设：民族民间舞(20) 芭蕾舞基训(20) 中国古典身韵(10) 幼儿舞蹈考级(10)

教材(北京舞蹈学院中国民族民间舞教材 解放军艺术学院芭蕾舞基训 北京舞蹈学院古典身韵 北京舞蹈学院幼儿舞蹈考级)

5、教学内容：

1、掌握舞蹈的概念、种类，了解中国舞蹈发展简史。

2、了解舞台平面、空间、方位，懂得常用舞蹈术语，学会做舞蹈记录。

1、学习中国古典舞基本手位、脚位。

2、进行不同节奏的脚位站立、脚腕训练、胯关节训练，腰的

训练、胯的训练，压腿和跑腿训练，走跑跳训练，基本舞步训练，身段组合训练。

理解藏族舞的风格和动作特点，学习弦子基本步、平步、靠步、撩步、拖步、退踏步、滴嗒步，以及常用手臂动作：撩袖、摆袖、晃袖、献哈达、敬礼。学会弦子组合1—2个，踢踏组合1—2个。

把上练习

双手扶把 擦地组和 节奏4/4

单手扶把 双腿蹲 节奏4/4

单手扶把 擦地 节奏2/4

单手扶把 小踢腿 节奏2/4

单手扶把 单腿蹲 节奏4/4

单手扶把 控制 节奏4/4

单手扶把 大踢腿 节奏3/4

地面元素训练

1、提沉

2、冲靠与旁移

3、含腆仰

4、云间转腰

5、横拧

6、旁提

1、走步 《吹吹拉拉》

2、音乐反应一 《大苹果》

音乐反应二 《看星星》

3、扩指 《保护小羊》

4、手臂动作 《你说可笑不可笑》

5、弯腰、转腰 《小钟》

6、前压腿 《小脚》

7、双吸腿 《弹弹唱唱》

8、脚位 《擦玻璃》

9、头的动作 《小鸟的歌》

10、摆臂 《伸出手》

11、蹦跳步 《小兔子》

12、平踏步 《开火车》

13、游戏 《万花筒》

舞蹈室的教学计划表篇二

在音乐教学的基础上，以培养学生良好的审美情操为切入点，通过规范的舞蹈基本功训练课，使孩子们外在优雅姿态的训练，同时也通过这种特殊的.教学模式传播它们高雅的艺术精

髓，培养孩子们内涵修养，使其的精神和形体之美达到统一，有助于提高学习者的良好气质和高雅风度。

1、循序渐进地进行身体软开度的训练，培养孩子的兴趣、激发孩子的快乐天性。

2、通过舞蹈组合培养孩子们跳、唱、说的综合能力。

3、通过舞蹈剧目的排练树立起孩子们的自信心，勇于去感受美、学习美、表现美。

1、基础练习

2、成品舞教学

文体活动时间

初一年级到初三年级舞蹈兴趣小组

舞蹈室的教学计划表篇三

1、 培养幼儿喜欢跳舞和做音乐游戏。

2、 能按音乐节拍做动作，培养节奏感。

3、 认识自己身体的`各个部位，学习正确的坐立基本姿势。

4、 学会几种简单的基本舞步，能在众人面前自由地、愉快地表演。

1、 练习队形，站立、压脚背跪坐的姿势。

2、 交待舞蹈课的常规要求。

3、 认识自己身体的各个部位（头、颈、肩肘手、跨、脚尖、

脚背、脚跟等）。

认识身体动作分解：

1—8：用手边指各部位边大声说，头头—胸胸—肚子肚子—头胸肚子

2—8：反复一次。

3—8：肩肩—肘肘—腕子腕子—手手（左右各一次）

4—8：跨跨—膝盖膝盖—脚腕脚腕—脚脚

5—8：双手向左旁平伸，反复一次。

6—8：前伸手，低头—后伸手，仰头

7—8：左前方—右后方（双手平伸）

8—8：反复一次

1、复习上周的学习内容。（站立、压脚背跪坐、认识身体动作）

2、学习盘腿坐，要求幼儿双腿盘坐、头向正前方看、背部挺直。

手部动作组合分解：手放在腰后，站立。

1—8：双手前伸五指伸开，手（打开—合拢）

2—8：手腕左右转动，五指张开。手由前伸—双山膀（手转动）

3—8：左手握拳—打开，反复一次

4—8：手画圈—手放背后—双手向前伸出（最后一拍）重复一次

1、复习上周的学习内容。（盘腿坐、手部动作）

2、学习伸腿坐，要求幼儿双腿伸直并拢、双手轻放在身体两边，头向正前方看、背部挺直。

3、学习小舞蹈《两只老虎》：前奏：双手随节奏拍手、点头

1—8：双手五指张开伸直，两臂上举，膝弹动两臂屈伸在两旁（左右一次）

2—8：小碎步，两臂上举，小碎步，两臂侧平举

3—8：右手单指指眼睛，双手向后立掌同时小碎步

4—8：山膀位，击掌经头顶双手打开

间奏：跟随音乐点头

1、复习上周的学习内容。（伸腿坐、小舞蹈）

2、学习踵趾步，小八字步准备。

2—8：右腿直立，左脚向6点撤步，脚尖点地，脚面向外，身体略前倾面向8点上方，反复一次。

1、复习上周的学习内容。（踵趾步、小八字步）

2、学习勾绷脚。

腰部动作组合分解：

前奏：手放在腰后，压脚背跪坐

- 1—8：双手曲肘上下叠放在胸前，身体随节奏左右摆
- 2—8：双手前伸做放物状，双手翻掌后放在身体两侧
- 3—8：重复第一个八拍
- 4—8：手放在嘴边身体前倾，脚压脚背跪坐
- 5—8：左手放在肩旁左右摆动，右手伸直放在身体旁，身体向左转身面向2点
- 6—8：双手交叉画圈，压脚背跪坐
- 7—8：双手放在身体两旁，身体左右摆动，身体面向1点
- 8—8：双手合掌放在脸旁，做睡觉状

1、复习上周的学习内容。（勾绷脚、腰部动作）

2、复习小舞蹈《两只老虎》，鼓励幼儿在众人面前表演，进行分组表演，给予幼儿最大的鼓励，培养幼儿的自信心。

1、复习所学的基本内容。（压脚背跪坐、盘腿坐、伸腿坐、踵趾步、小八字步、勾绷脚）

2、学习小舞蹈《小青蛙》：

前奏：双手随节奏拍手、点头，动跨

1—8：双手曲肘，左脚向右斜前方伸出，脚跟落地，右脚向2点屈膝身体向左倾斜，面向2点上方。

2—8：反面反复一次

3—8：双手五指张开曲肘，双脚做蹦跳步左—右

4—8：双手做游泳状，双脚做小碎步

间奏：双手随节奏拍手、点头后四个八拍反复一次

1、复习所学的基本内容。

2、复习小舞蹈《小青蛙》。

3、学习小碎步：正步准备，双脚跟抬起可有节奏也可无节奏地双脚掌交替快速、均匀地小步行进或原地走动。强调膝关节一定要放松。

1、复习上周的学习内容。（小碎步）

2、学习头部动作组合：

前奏：双手叉腰，双脚跪立，身体面前1点，强调幼儿面带微笑

1—8：双手叉腰，低头—向前—仰头—向前

2—8：双手叉腰，左旁—向前—右旁—向前

3—8：反复第一个八拍；

4—8：反复第二个八拍

5—8：双手叉腰，左侧—向前—右侧—向前

6—8：双手交叉于胸前，手向两旁打开，双脚由跪立—跪坐，头左右快速摆动

7—8：反复一次 8—8：反复一次

11、复习所学的基本内容（压脚背跪坐、盘腿坐、伸腿坐、

踵趾步、小八字步、勾绷脚、小碎步)

2、新授舞蹈组合：《爱我你就抱抱我》（一）

1、复习舞蹈组合：《爱我你就抱抱我》（一）

2、学习基本功三角架：讲解动作要求，并找幼儿做示范

3、新授舞蹈组合：《爱我你就抱抱我》（二）

舞蹈室的教学计划表篇四

技能、知识培养目标：

1、训练少儿身体各个部位的灵活性、柔韧性、协调性；

2、训练少儿的舞蹈想象力、创造力；

3、提高少儿的表演潜力；

4、让少儿掌握中国舞的基本脚位；

1、培养少儿的音乐节拍感；

2、培养少儿舞蹈的方向感；

3、培养少儿的模仿潜力；

让少儿能够独立完成舞蹈组合及成品舞蹈，并进行表演。

第一周：

教学目标：

学习《打花巴掌》组合，让少儿掌握节拍的快慢变化，在舞

蹈中熟练应用节拍；

活动主题：

学习《打花巴掌》组合；进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

在舞蹈组合中，透过动作、音乐与儿歌的配合，提高少儿的节拍感。

第二周：

教学目标：

学习《小熊舞》组合，学习中进行手眼配合练习，提高表演潜力；

活动主题：

学习《小熊舞》组合；进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

《小熊舞》组合主要是锻炼少儿在舞蹈中的手眼配合潜力，同时模仿动物形态，从而培养少儿的模仿力和表现力。

第三周：

教学目标：

学习《小蝌蚪变青蛙》组合，练习少儿的手脚协调潜力；

活动主题：

学习《小蝌蚪变青蛙》组合；进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

《小蝌蚪变青蛙》组合是一个表演性的组合，透过表演锻炼少儿手脚配合的协调性。

第四周：

教学目标：

学习《飞吧，小蜜蜂》组合，学习中锻炼少儿手腕的提、压；

活动主题：

学习《飞吧，小蜜蜂》组合；进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

《飞吧，小蜜蜂》组合是一个蒙族风格的简单组合，练习中让少儿初步掌握蒙族舞蹈中手臂的动作，主要对手腕的提、压进行练习。

第五周：

教学目标：

学习《我的小小手》组合，学习中进一步加强对舞蹈手位的掌握；

活动主题：

学习《我的小小手》组合；进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

《我的小小手》组合主要训练少儿对舞蹈手位的掌握，上学期的学习中已经初步掌握了一些基本手位，本节周主要是透过更丰富的手臂动作加深少儿对手位的记忆。

第六周：

教学目标：

学习《我是小画家》组合，训练少儿的表演潜力；

活动主题：

学习《我是小画家》组合；进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

《我是小画家》组合透过儿歌及音乐的配合，训练少儿的表演潜力和模仿力。

第七周：

教学目标：

巩固所学组合，从而进行身体各个部位的柔韧性练习；

活动主题：

复习巩固所学组合；

教学概述：

进一步规范所学的组合，加强对身体柔韧性的练习。

第八周：

教学目标：

学习《小蝌蚪变青蛙》组合，透过练习让少儿掌握三个基本脚位，并加以应用；

活动主题：

学习《小蝌蚪变青蛙》组合；进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

《小蝌蚪变青蛙》组合首先让少儿掌握中国舞的基本脚位，其次要求少儿对小青蛙的形态进行模仿，加以表演，提高少儿的表演潜力。

第九周：

教学目标：

学习《吐泡泡的小鱼》组合，简单了解傣族舞蹈，学习鱼形手和傣族舞蹈其他简单的手型；

活动主题：

学习《吐泡泡的小鱼》组合；进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

《吐泡泡的小鱼》训练少儿初步掌握傣族舞蹈的手型、臂型及节奏，动作时眼神要与之配合。

第十周：

教学目标：

学习《小鸡啄米》组合，训练少儿的手脚配合潜力，模仿潜力；

活动主题：

学习《小鸡啄米》组合；进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

《小鸡啄米》组合透过少儿想象小鸡形象，配合音乐进行舞蹈。在练习中发挥少儿的想象力，加强少儿模仿潜力；练习少儿手脚协调配合的潜力。

第十一周：

教学目标：

活动主题：

学习《燕儿飞》组合，进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

《燕儿飞》组合运用少儿熟悉儿歌为素材，透过手臂的上下运动锻炼少儿手臂的灵活性，加强掌握舞蹈中提、压腕的动作。

第十二周：

教学目标：

学习《蹦蹦兔》组合，练习少儿的表演潜力和模仿潜力；

活动主题：

学习《蹦蹦兔》组合，进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

《蹦蹦兔》是一个小的表演性组合，主要训练少儿的表演潜力以及对动物形象的模仿潜力。

第十三周：

教学目标：

学习《小鸭嘎嘎》组合，简单了解苗族舞蹈，进一步练习少儿的表演潜力；

活动主题：

学习《小鸭嘎嘎》组合；进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

《小鸭嘎嘎》组合是让少儿简单了解苗族舞蹈，透过对动物形象的捕捉从而进行表演，增强少儿表演潜力，要求少儿动作时要有较强的表现力。

第十四周：

教学目标：

巩固所学组合，进行身体各个部位的柔韧性练习；

活动主题：

复习巩固所学组合

教学概述：

进一步规范完成的组合，巩固所学知识，要求能够独立完成。

舞蹈室的教学计划表篇五

为了更加合理的安排教学时间，更加有效地完成教学目标，根据我校音乐教学的实际情况，制定了本教学计划。

知识与技能：认识自己身体的各个部位，学习正确的站、立、行的基本姿态。学会几种简单的基本舞步，及民舞组合、能在众人面前自由地、愉快地表演。

过程与方法：通过舞蹈课的学习，加深对所学知识的拓展和基本技能，舞蹈步伐音乐韵律感的掌握。情感态度价值观：根据不同年龄阶段的舞蹈学习过程培养身体的协调性及团队精神。

1、教材分析

在整个教材的设置上，充分考虑到本校学生的生理特性并结合我们的心理特点，把知识性、训练性、娱乐性及表演的适用性有机的结合在一起。在训练上强调了学生训练舞蹈的科学性、系统性及多样性，使之促进学生在德、智、体、美诸方面得到了协调发展。本学期主要是针对学生所能掌握的舞蹈基本能力和基本动作。主要练习民族民间舞蹈的组合，力求充分挖掘学生的天性，使学生的舞蹈动作能够达到高一层次的协调流畅。从而启发学生用肢体去表达情绪、抒发感情。增进学生的合作意识。

2、教学重点、难点分析

教学重点：掌握民族民间舞蹈的风格特点；基本功技巧。身体的软开度。

教学难点：舞蹈动作要注重手、脚、头的协调；

3、要注意舞蹈的舞步流动、身体配合。

大多数学生没有经过正规舞蹈训练，动作发展也不十分协调。所以本学期教学的主要目的是激发学生学习舞蹈的兴趣，同时让学生能在众人面前大胆的表演，提高自信心。对于有些基础的学生，舞蹈学习会增加难度。

1、注重提高课堂教学质量鼓励学生参与课堂活动。

2、适当进行成品舞蹈的学习。注重舞蹈课堂的实用性。

3、注重导入部分的设计，以“引趣”贯穿整个课堂教学过程。

1、评价的原则

以激励为主，关注学生学习活动的全过程。

2、评价的方式主要以“学习过程+期末成绩”的形式进行。

3、评价的方案

(1) 平时成绩，满20分。学生在课堂表现，出勤率有小组长进行登记，学期末统一统计。

(2) 期末考试成绩，满80分。考试内容：所学知识的掌握，成品舞蹈的表演。

(3) 成绩以平时为主，期末为辅，既要看结果，更注重看过程，以减轻学生期终的课业负担与心理压力，提高平时课堂效率。

舞蹈室的教学计划表篇六

学期总目标：

技能、知识培养目标：

1. 训练少儿身体各个部位的灵活性、柔韧性、协调性；
2. 训练少儿的舞蹈想象力、创造力；
3. 提高少儿的表演潜力；
4. 让少儿掌握中国舞的基本脚位；

学习常规培养目标：

1. 培养少儿的音乐节拍感；
2. 培养少儿舞蹈的方向感；
3. 培养少儿的模仿潜力；

社会认知培养目标：

让少儿能够独立完成舞蹈组合及成品舞蹈，并进行表演。

学期计划

第一周：

教学目标：

学习《打花巴掌》组合，让少儿掌握节拍的快慢变化，在舞蹈中熟练应用节拍；

活动主题：

学习《打花巴掌》组合；进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

在舞蹈组合中，透过动作、音乐与儿歌的配合，提高少儿的节拍感。

第二周：

教学目标：

学习《小熊舞》组合，学习中进行手眼配合练习，提高表演潜力；

活动主题：

学习《小熊舞》组合；进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

《小熊舞》组合主要是锻炼少儿在舞蹈中的手眼配合潜力，同时模仿动物形态，从而培养少儿的模仿力和表现力。

第三周：

教学目标：

学习《小蝌蚪变青蛙》组合，练习少儿的手脚协调潜力；

活动主题：

学习《小蝌蚪变青蛙》组合；进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

《小蝌蚪变青蛙》组合是一个表演性的组合，透过表演锻炼少儿手脚配合的协调性。

第四周：

教学目标：

学习《飞吧，小蜜蜂》组合，学习中锻炼少儿手腕的提、压；

活动主题：

学习《飞吧，小蜜蜂》组合；进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

《飞吧，小蜜蜂》组合是一个蒙族风格的简单组合，练习中让少儿初步掌握蒙族舞蹈中手臂的动作，主要对手腕的提、压进行练习。

第五周：

教学目标：

学习《我的小小手》组合，学习中进一步加强对舞蹈手位的掌握；

活动主题：

学习《我的小小手》组合；进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

《我的小小手》组合主要训练少儿对舞蹈手位的掌握，上学期的学习中已经初步掌握了一些基本手位，本节周主要是透过更丰富的手臂动作加深少儿对手位的记忆。

第六周：

教学目标：

学习《我是小画家》组合，训练少儿的表演潜力；

活动主题：

学习《我是小画家》组合；进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

《我是小画家》组合透过儿歌及音乐的配合，训练少儿的表演潜力和模仿力。

第七周：

教学目标：

巩固所学组合，从而进行身体各个部位的柔韧性练习；

活动主题：

复习巩固所学组合；

教学概述：

进一步规范所学的组合，加强对身体柔韧性的练习。

第八周：

教学目标：

学习《小蝌蚪变青蛙》组合，透过练习让少儿掌握三个基本脚位，并加以应用；

活动主题：

学习《小蝌蚪变青蛙》组合；进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

《小蝌蚪变青蛙》组合首先让少儿掌握中国舞的基本脚位，其次要求少儿对小青蛙的形态进行模仿，加以表演，提高少儿的表演潜力。

第九周：

教学目标：

活动主题：

学习《吐泡泡的小鱼》组合；进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

《吐泡泡的小鱼》训练少儿初步掌握傣族舞蹈的手型、臂型及节奏，动作时眼神要与之配合。

第十周：

教学目标：

学习《小鸡啄米》组合，训练少儿的手脚配合潜力，模仿潜

力；

活动主题：

学习《小鸡啄米》组合；进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

《小鸡啄米》组合透过少儿想象小鸡形象，配合音乐进行舞蹈。在练习中发挥少儿的想象力，加强少儿模仿潜力；练习少儿手脚协调配合的潜力。

第十一周：

教学目标：

活动主题：

学习《燕儿飞》组合，进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

《燕儿飞》组合运用少儿熟悉儿歌为素材，透过手臂的上下运动锻炼少儿手臂的灵活性，加强掌握舞蹈中提、压腕的动作。

第十二周：

教学目标：

学习《蹦蹦兔》组合，练习少儿的表演潜力和模仿潜力；

活动主题：

学习《蹦蹦兔》组合，进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

《蹦蹦兔》是一个小的表演性组合，主要训练少儿的表演潜力以及对动物形象的模仿潜力。

第十三周：

教学目标：

学习《小鸭嘎嘎》组合，简单了解苗族舞蹈，进一步练习少儿的表演潜力；

活动主题：

学习《小鸭嘎嘎》组合；进行身体各个部位的柔韧性练习；

教学概述：

《小鸭嘎嘎》组合是让少儿简单了解苗族舞蹈，透过对动物形象的捕捉从而进行表演，增强少儿表演潜力，要求少儿动作时要有较强的表现力。

第十四周：

教学目标：

巩固所学组合，进行身体各个部位的柔韧性练习；

活动主题：

复习巩固所学组合

教学概述：

进一步规范完成的组合，巩固所学知识，要求能够独立完成。

舞蹈室的教学计划表篇七

兴趣培养是音乐学习的基础的前提。没有兴趣的技能学习是无源之水、无根之木。如果说形体学习是目的，那么兴趣培养是手段、是过程。所以要发展小学生的形体水平，必须培养浓厚的、稳定的兴趣。让学生在有趣的形体活动中实现小学音乐教学的目标，这是我们努力的方向，我们要将每一个学生带进形体美好的境界中，在感受美和表现美的过程中纯洁他们的心灵，陶冶他们的性情，促进他们身心和谐发展。

1、紧紧抓住素质教育的“核心问题”和“关键环节”从“为了中华民族的复兴”“为了每位学生的发展”的高度，着力构建一种开放的、民主的、科学、的艺术课程，为学生的终身发展建立起坚实丰厚的生产点。

2、关注学生的个体差异和不同需求，关注学生在活动过程中的体验情感、态度和价值观的形成。保护学生的好奇心、求知欲，充分激发学生的主动意识和进取意识，促进孩子健康而有特色地成长。

1、使学生正确的掌握舞蹈的基本要领，知道基本的手位，脚位。 2、对队员们要求基本功达到下叉，下腰。软度不好的同学可延长时间。 3、对个别素质好的队员在技巧方面可加深一些，同时学一些简单的儿童舞蹈。

1、初步掌握舞蹈的基本动作，使学生建立正确的动作技术，养成良好的姿态。

2、学习成套的舞蹈基本动作，培养学生的节奏感协调性和灵敏性。

3、发展学生各项身体素质，增强学生的体质。 4、培养学生自主学习能力，激发学生的创新潜能。

1、把学生的差异作为一种资源来开发，开设形体活动小组。

2、由培养特长向启发创造延伸。着眼培养学生挑战困难，开拓进取的精神。

3、让学生在活动中获得自信。课堂学习活动中一些基础教育，能力较弱的学生，在艺术活动中获得了成功的机会，改变了孩子被动的心态，激发他们的自信心和成功欲。

4、让活动成功孩子享受生命的时空。我们的艺术课堂充满了生命的气息，一双双高举的双手，一张张自信的笑脸，有如自然界中的花草树木，充满着蓬勃的生机。

1、教学方法：讲解法、示范法、分解法、完整法、对比法、预防纠正错误法、练习法等：

2、教学手段：影象教学、个别指导、分组教学等

1、定时活动。

2、活动规划。每次活动前点名，活动中学生积极性高涨，活动后有记载，有成果积累。

3、不断交流和研讨。总结得与失，借鉴成功的经验，不断丰富完善，提升教育与活动的艺术，使特色更鲜明。

1、第一月教会学生正确地掌握舞蹈的基本要领，知道基本的手位，脚位。 2、第二个月要求全体队员都能在辅导员的训练下基本功达到下叉，对个别软度不好的队员可加深练习，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。

4、第四个月训练内容，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。例如：虎跳、前后桥、抢脸，同时要

学一些简单的儿童舞蹈。

舞蹈室的教学计划表篇八

(初级班)舞蹈基本功地面训练包括：头、肩、勾绷脚、地面压腿、地面压胯、地面旁腰等。

中间站立训练包括：半蹲练习、提踵立半脚尖、屈膝跳、半脚尖行进、拍手行进步、手的节奏训练、跑跳步、小马跳等。

基训小组合：《卷缩与伸展》、《灵敏的手》、《有力的手》。舞蹈小组合：汉族舞蹈《邀请》、《找朋友》黎族舞蹈《赶海去》。*****舞蹈《好朋友》藏族舞蹈《开火车》。

(提高班)舞蹈基本功训练：地面部分的训练包括：地面抬腿及大踢腿、竖叉及横叉、地面下腰、前软翻等。

中国民族舞把上训练包括：把上基本站姿、一位擦地、一位蹲、单腿蹲、小踢腿、大踢腿、控制等。

中国民族舞身韵训练包括：轮指训练、手眼训练、盘腕与小五花手训练、双晃手训练、波浪手花梆步组合、民族舞手位组合训练、圆场步、跑跳步、三步舞步、十字步等。

基础班：拉丁舞简介、拉丁舞五个舞种音乐的区别、拉丁舞的基本手位、基本站姿、伦巴舞的基本舞步、恰恰舞的基本舞步、伦巴及恰恰舞的花样组合。

提高班：捷舞的基

基本舞步、斗牛舞的基本舞步、桑巴舞的基本舞步、捷舞、斗牛舞、桑巴舞的花样组合。

基础班：头、颈部训练，手指、手腕训练，手臂、肩部训练，

胸、腰、髋部训练，下肢腿部训练，脚跟、起胯训练，地上压腿训练，跑跳训练，手位、伸展训练。

提高班：《球操组合》，《腰胯组合》，《手位、波浪组合》，《步伐跑跳组合》。

基础班：基本功训练：包括地面、中间部分。舞蹈组合：《呼吸韵律组合》，《现代爵士》