

2023年舞蹈工作计划 舞蹈社团工作计划(大全9篇)

计划是一种灵活性和适应性的工具，也是一种组织和管理工具。优秀的计划都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是我给大家整理的计划范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

舞蹈工作计划篇一

舞蹈兴趣小组是学生非常乐于参与的一个兴趣小组，活动内容与教育性和艺术性相结合，适合学生的年龄特点，它有利于提高学生学习舞蹈的'兴趣，培养孩子们正确的形体姿态和良好的气质，增强集体意识，培养学生的乐感，小学舞蹈社团活动计划。活动面向部分学生，有组织，有计划的进行，坚持自愿参加和普及提高的原则，让学生在唱唱、跳跳、动动中去感受音乐，理解音乐和表现音乐。启迪学生的智慧，陶冶学生的情操，使学生的身心得到健康的发展。

1、对学生进行强化基本功训练，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、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。

4、手、头颈、胯、胸肩、腰、腿等地面部分的练习：坐姿、勾绷脚、腿的外开、肩和头部的练习、后背挺直的练习、伸腿练习、压腿练习、胯膝屈伸、踢腿组合、背肌和腰肌的练

习、腹肌的练习。腿的练习：前压腿、旁压腿、吸腿、压胯。身体协调训练：腰组合、头肩组合、手臂动作配合、步伐训练。

5、舞蹈训练，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。活动后重点排练六一节目。

教学计划:在老师的组织下，让学生在快乐中学习《三字经》舞蹈动作。

舞蹈工作计划篇二

本学期舞蹈兴趣班是由一年级6人、二年级7人、三年级8人组成。年龄差距较大而且二、三都年级已经有了一年以上的'舞蹈基础，对音乐的感受力、协调能力的发展已比较完善。而一年级只是刚刚起步，有些学生则对舞蹈一无所知。这样的混合班给我们的教学带来了较大的难度。由于一年级人数较少，因此我们准备把本次舞蹈兴趣班的教学重点放在对二三年级的训练上。部分学生由于年龄较小，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。但是一年级的教学也不容忽视，在教学中我们开展分层次和以大带小等等多种的教学活动形式，使每名儿童在舞蹈兴趣班的学习中都能得到发展。

- 1、通过教师指导，培养学生学习兴趣,发展舞蹈潜能,促进儿童身心健全发展.
- 2、训练学生协调,速度,肌力,耐力,瞬发力,柔软性等基本能力.
- 3、进行形体训练并学会简单的舞蹈基本动作， 培养学生对

音乐的感受力和节奏感。

4、在训练过程中锻炼学生的思想注意力，反映能力和动作协调能力。

5、培养幼儿具备透过舞蹈，提高学生对舞蹈艺术的审美能力、表达

思想、情意的创作能力。

（一）舞蹈专业训练中，不宜过早安排力量性练习。在力量练习时，负重、练习次数过多、时间过长，会影响下肢的正常发育，引起腰的变形，足弓下降，影响身高增长。所以应以自身重量的练习为主，采取交替进行的方法。

（二）当儿童少年肌肉主要向纵向发展时，宜采取伸长肢体的练习，如弹跳和支撑自己体重的力量练习。把力量练习安排在青春发育期后期较为合适。

第一周：熟悉学生，方位练习。

第二周：复习：方位练习，肩部练习，小碎步（一）。

第三周：肩部练习，小碎步（二）。

第四周：复习：肩部练习，小碎步，芭蕾手位（二）。

第五周：复习：芭蕾手位，学习：走步和敬礼。

第六周：舞蹈《茉莉花开》。

第七周：复习：手位，学习：舞蹈《茉莉花开》。

舞蹈兴趣班教学计划

第八周：复习：手位，学习：舞蹈《茉莉花开》。

第九周：形体练习，学习：舞蹈《茉莉花开》。

第十周：学习：舞蹈《茉莉花开》。

第十一周：学习：舞蹈《茉莉花开》。

舞蹈工作计划篇三

舞蹈，是一门综合的富于动感的艺术，舞蹈教学是根据学生身心发展的要求，通过训练和表演，锻炼学生身体，发展身体素质，提升学生的动作协调性和动作美感，同时陶冶学生的情操，对学生进行思想教育和审美教育，培养学生讲文明、懂礼貌、爱集体、守纪律的好品格和团结协作的群体意识。

小学自主合作舞蹈教学模式就是在课外音乐活动中以教师为主导，学生为主体，合作创编为主线，让学生在掌握一定舞蹈基本动作和初步具备对音乐的感受能力后，根据自身对音乐的理解和感受，通过小组讨论、组际交流的形式，集思广益共同为歌曲或音乐形象较鲜明的乐曲创编动作及队形。使学生在自主愉悦的气氛中，闻乐而动，闻歌起舞，在“练中逐步感知音乐语言，在“乐”中掌握基础知识、基本技能，在“动”中发展身体各个部位之间的协调性。通过热烈活跃、自主合作的教学活动，使学生的视觉、听觉、肤觉，运动得到充分协调均衡的发展，这也有利于培养学生肤觉运动得到协调均衡的发展对舞蹈的兴趣，还进一步增强了群体协作的意识，促进学生对音乐的感受力，开发学生的想象力、表现力和创造能力，全面整体性地提升学生舞蹈艺术素质。

1. 培养学生对音乐舞蹈的兴趣和节奏感。
2. 发展学生的感受力，记忆力. 想象力和表现力。

3. 能随音乐协调地做形体动作，知道其名称。
4. 培养学生与同伴友好相处，竞争. 合作的个性。

我所带领的舞蹈班是低年级，舞蹈基础一般，身体协调性及舞蹈表现力均差，所以，我所设计的教学环节以先调动学生的积极性为主，只有学生先参与进来，才能实现教学的有效性，在此基础上，弱化动作知识点，强化舞蹈感觉，突出重点。在整个教学过程中以学生看、练、想、跳为主，教师的示范、激发、启发、点拨为辅，充分体现学生的主体地位，使学生获得本我的学习体会和能力。

- 1、知识与技能：使学生掌握舞蹈的基本体态、基本动作。
- 2、了解舞蹈艺术的基本特点，引导学生对舞蹈艺术产生浓厚兴趣开发学生对舞蹈艺术的热情。
- 3、通过舞种介绍芭蕾古典舞蹈爵士舞种类，依据学生情况归纳教学活动，感受舞蹈魅力，了解舞蹈发展，提升学生艺术修养。
- 4、通过舞蹈让眼睛会说话提升学生自信。

1. 舞蹈基训技巧的掌握。
2. 动作的协调性。
3. 舞蹈的表现力。

1. 舞蹈眼睛眼神流动与舞姿的协调。
2. 对歌曲情绪的理解和舞蹈动作的表现力。

舞蹈工作计划篇四

1、 学生通过在培训班的一周一训练的学习课程，使学生用一种最短的时间记住所学的小组合，提高舞蹈素养、提高综合性的艺术素质。

2、 这学期的任务是，让学生学会并且掌握舞蹈的基本技巧和考级的部分组合。

二、

在冬季来临，学生在上舞蹈课的时候，必须先让学生的身体预热，如：高抬腿、蹦跳等等

1□

四级的学生在舞蹈基本功训练中就要注重学生的形体方面了，在横、竖叉都可以的下，腰部训练就要强化些了，下腰、撒手控腰、甩腰抓脚是重要的一部分了，在反应快和掌握好的学生可以在开一下五级学生的知识。

五级的学生要比四级的学生思维方面更接受的快些，基本功技巧方面要学的比较多些，这学期要开展前卷腰、后卷腰，在训练的时候必须要注意学生的规范性，安全性。

2□

(北舞)1走步、2音乐反应、4手臂动作、5弯腰、转腰、6前压腿、8脚位、

(舞鞋)

(舞鞋)1小浪花、3游泳、4小帆船、6蝴蝶、8积木乐园

(舞鞋)1我和小鸟来唱歌、3花摇篮、5火鸡、7西班牙蝴蝶

每节课完成两个组合(北舞、舞鞋各一个)

每节课完成两个半组合，(北舞、舞鞋各一个 在学完两个组合的时候，开始引入北舞的下一个组合，这个组合可以先学一下组合的基本动作，这样以便下节课的学习)

每节课完成两个半或三个组合，(北舞、舞鞋各一个 在学完两个组合的时候，开始引入北舞的下一个组合，这个组合可以先学一下组合的基本动作，这样以便下节课的学习)

舞蹈工作计划篇五

为了秉承“丰富社团活动，繁荣校园文化”的宗旨，我系将成立舞蹈社团，为工作的顺利展开，现制定计划书：

舞蹈社团，是由系内广大热爱舞蹈的'学生组成的文艺性组织，具有先进性和广泛性。

丰富和活跃学生的课余文化生活，进步学生的艺术修养水平和审美观，培养学生的自信心，健身娱乐，营造多元化结构氛围，繁荣校园文化。

1、开展积极向上，丰富多彩的舞蹈教育教学活动。

2、为各种文艺晚会或活动提供节目。

3、定期的开展舞蹈社团，让学生们有更多的学习机会。

4、联系外系相关社团，相互交流、学习经验，筹办联谊活动等等。

1、本社团成员由一二年级学生自愿报名，艺术老师推荐，择

优录取。

2、本社团由指导老师每周定期训练，社员自主开展社团活动，以提高我校音乐舞蹈水平。

3、通过社团活动，参加系、校各项演出，以及校外、社区的展示活动。

1、总负责人：1人，全权负责舞蹈社团的大小事宜，起主导和治理作用。

2、宣传职员：1人，负责传递舞蹈社团各项信息，扩大舞蹈社团知名度。

3、街舞队：学习各类型街舞，体现流行色彩。负责人：1人。

下午两节课后。

1、维护舞蹈社团形象，在工作中生活中，社团队员要团结友爱，相互学习，相互帮助，文明礼貌。

2、队员在会议和活动过程中，必须做到不迟到，不早退，不缺席。常规练习须准时到场签到，不得代签，有特殊情况，不能参与活动，应提前向负责人或指导老师作出书面请假。一学期内多次缺席或请假者，给予退会处理。

3、负责人每一个月，对本队学习、活动进行一次书面总结，记录每次学习内容，以及会员的学习情况和要求。

4、在常规练习过程中，必须以认真、严厉的态度对待；不可打闹、嬉笑，不可做与练习无关事情。

舞蹈工作计划篇六

一、活动目标：

舞蹈兴趣小组是学生非常乐于参与的一个兴趣小组，活动内容与教育性和艺术性相结合，适合学生的年龄特点，它有利于提高学生学习舞蹈的兴趣，培养孩子们正确的形体姿态和良好的气质，增强集体意识，培养学生的乐感，小学舞蹈社团活动计划。活动面向部分学生，有组织，有计划的进行，坚持自愿参加和普及提高的原则，让学生在唱唱、跳跳、动动中去感受音乐，理解音乐和表现音乐。启迪学生的智慧，陶冶学生的情操，使学生的身心得到健康的发展。

二、活动内容：

- 1、对学生进行强化基本功训练，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、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。
- 4、手、头颈、胯、胸肩、腰、腿等地面部分的练习：坐姿、勾绷脚、腿的外开、肩和头部的练习、后背挺直的练习、伸腿练习、压腿练习、胯膝屈伸、踢腿组合、背肌和腰肌的练习、腹肌的练习。腿的练习：前压腿、旁压腿、吸腿、压胯。身体协调训练：腰组合、头肩组合、手臂动作配合、步伐训练。
- 5、舞蹈训练，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。活动后重点排练六一节目。

三、活动时间：每周六上午。

四、活动对象：一、二、三、四年级部分学生。

教学计划:在老师的组织下，让学生在快乐中学习《三字经》舞蹈动作。

舞蹈工作计划篇七

为了秉承“丰富社团活动，繁荣校园文化”的宗旨，我系将成立舞蹈社团，为工作的顺利展开，现制定计划书：

舞蹈社团，是由系内广大热爱舞蹈的学生组成的文艺性组织，具有先进性和广泛性。

丰富和活跃学生的课余文化生活，进步学生的艺术修养水平和审美观，培养学生的自信心，健身娱乐，营造多元化结构氛围，繁荣校园文化。

- 1、开展积极向上，丰富多彩的舞蹈教育教学活动。
- 2、为各种文艺晚会或活动提供节目。
- 3、定期的开展舞蹈社团，让学生们有更多的学习机会。
- 4、联系外系相关社团，相互交流、学习经验，筹办联谊活动等等。

1、本社团成员由一二年级学生自愿报名，艺术老师推荐，择优录取。

2、本社团由指导老师每周定期训练，社员自主开展社团活动，以提高我校音乐舞蹈水平。

3、通过社团活动，参加系、校各项演出，以及校外、社区的展示活动。

1、总负责人：1人，全权负责舞蹈社团的大小事宜，起主导和治理作用。

2、宣传职员：1人，负责传递舞蹈社团各项信息，扩大舞蹈社团知名度。

3、街舞队：学习各类型街舞，体现流行色彩。负责人：1人。

下午两节课后。

1、维护舞蹈社团形象，在工作中生活中，社团队员要团结友爱，相互学习，相互帮助，文明礼貌。

2、队员在会议和活动过程中，必须做到不迟到，不早退，不缺席。常规练习须准时到场签到，不得代签，有特殊情况，不能参与活动，应提前向负责人或指导老师作出书面请假。一学期内多次缺席或请假者，给予退会处理。

3、负责人每一个月，对本队学习、活动进行一次书面总结，记录每次学习内容，以及会员的学习情况和要求。

4、在常规练习过程中，必须以认真、严厉的态度对待；不可打闹、嬉笑，不可做与练习无关事情。

舞蹈工作计划篇八

1、各关节活动：

(1) 头部活动 (2) 手腕活动

(3) 踝关节活动 (4) 膝关节活动

2、上身运动

(1) 提肩 (2) 双提肩 (3) 肩绕环 (4) 振臂 (5) 扩胸

3、全身运动：

(1) 体前屈 (2) 体转运动 (3) 体前屈涮腰

1、提高班课程：

(1) 少儿拉丁伦巴，恰恰恰基本动作的复习

(2) 少儿拉丁伦巴，恰恰恰基本步法的展开提高讲解

(3) 少儿拉丁舞伦巴和恰恰恰套路，牛仔基本步的学习

2、初级班课程：

(1) 伦巴基本步

(2) 恰恰基本步

(3) 适当加入牛仔舞蹈的教学

一季度每星期两节课

(一)、课程周期内容计划

1、少儿基本舞步的提高讲解，让学生将基本动作完成的更加标准及熟练，提高及达到良好的的拉丁舞感。

2、少儿拉丁舞成套动作的提高教学，针对不同舞步讲解不同的动作风格，使学生动作流畅性更好，建立刚好的拉丁舞框架。

3、伦巴舞以及恰恰舞为重点提高舞种，适当加入牛仔，桑巴，以及斗牛舞蹈的提到教学。

（二）、基本技术：

1、少儿拉丁伦巴：基本律动，库卡拉恰，摇摆步，方步，定点转，手对手，纽约，四分之一转，以及套路组合。

2、少儿拉丁恰恰舞：基本律动，横移步，前进后退，四分之一，定点转，纽约步，高位扭臀，以及铜牌组合。

（三）、基本素质：

1、协调性：基础动作协调，手脚配合协调，音乐和动作协调。

2、柔韧性：身体柔韧素质，拉丁舞感强烈。

3、表现力：情感表现、培养自信，舞蹈气质。

1、掌握少儿体育舞蹈的基本知识、基本技术、基本技法和方法，以及舞蹈动作难度的把握。

2、掌握基本的练习方法，培养音乐感，将舞蹈套路完成的熟练，有强的表现能力。

3、培养学生具有一定表演比赛能力和欣赏比赛能力。

4、在少儿体质不断增强的情况下，还将逐渐养成高贵、典雅的艺术气质。

舞蹈工作计划篇九

为了丰富学生的课余生活，进一步推动校园文化建设，营造良好的艺术氛围，为此我校开展了舞蹈社团活动。通过每周一次的训练，要求学生在学期末掌握一定的舞蹈知识，软度、开度得到一定的训练，在音乐舞蹈中表现美、感受美，尝试不同风格的舞蹈组合。在进行技能技巧训练的同时，激发孩子们的创造性思维，增强自信，学会展现自我。

舞蹈社团的活动必须与音乐教育的基本任务合拍，坚持普及与提高相结合的原则，面向全体学生，做到在普及的基础上提高。凡参加舞蹈社团的学生，不论水平高低，要保护其积极性，使其认识到兴趣小组活动的意义和作用，从而主动积极地参加。在活动过程中，教师要精心组织，实施分层指导并采取多种形式，因材施教，因人而异，让学生产生强烈的求知欲和竞争感，使潜在的智慧 and 舞蹈才能得到自由地发展。

培训目的主要是以培养学生的兴趣、增强学生身体协调能力、审美能力，陶冶学生情操。在训练内容中，每节课都会穿插基本功训练，之后会选择成品舞蹈进行学习（舞蹈暂定《娃娃哈哈》）。

第一周：地面前压旁压腿、肩的开度训练；

第二周：胸腰和腹肌的训练、后腿和背肌的训练；

第三周：踢腿和力量的练习、勾绷脚练习；

第四周：半蹲、全蹲训练；

第五周：擦地练习；

第六周：脚位训练；

第七周：小踢腿训练；

第八周：腰组合训练；

第九周：踢腿训练；

第十周：小跳练习；

第十一周：中跳练习；

第十二周：呼吸的训练；

第十三周：大跳训练；

第十四周：平转训练；

第十五周：总体训练；

第十六周：总结；

每周五下午第一、二节课

少年宫舞蹈房