

2023年舞蹈的诗句名言 大学生舞蹈实践 报告个人总结(汇总5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

舞蹈的诗句名言篇一

时光飞逝，一转眼我们已经迎来了大学里的第一个暑假，有人说，进入大学可以算是我们进入社会的第一步路，也是我们成长的必经之路。我们已经是大学生了，已经成年了，所以很多事情，我们也必须自己去亲身经历自己去解决，不能再依靠父母朋友，我们需要自己去面对这个社会，自己去应付这个社会给我们带来的种种考验，那么，要想真正的了解这个社会，我们必须亲身经历到社会中来。大学是我们在求学道路上的最后一站，而社会是我们独立生存的开始之所与最终奋斗之地。所以在大学生活中，我们不仅要钻研书本知识，也得学习融入社会。而兼职则是学习融入社会和探索人生的一个重要途径。

大一刚结束，老师就给我们布置了一份社会实践报告的作业，社会实践是大学生课外教育的一个重要方面，也是大学生自我能力培养的一个重要方式，因此对于我们在校大学生来说，能够在暑假期间进行充分的实践活动，是我们了解社会，认识社会，提高自我能力的重要机会。其实，我本身就一直有这样的一个想法，想利用暑假根据自己的专业知识找一份暑期工，希望早一点体现自身的价值，和锻炼自己的能力，如我所愿的是，我很幸运的找到了暑期舞蹈培训老师这个职业。我的工作很简单，就上午一个半小时的课，可是，除了上课把知识教给她们外，其实最重要的是培养她们学习的兴趣，得根据她们不同的自身条件，制定一份适合她们的教学程序，

让她们对我上的课感兴趣，就是我最重要的目标，当然，也必须规定在一定的时间里学会多少东西。

代课的地方离家里有点远，在xx[]所以就得出在这边吃住，第一天来到这个城市的时候心其实有点凉，因为城市很小，条件一般，不过，转念想想暑假本来就是来锻炼的也就觉得没什么了。人生地不熟的来在这里，其实有时候压力挺大的，我的工作量不大，就每天上午一节课，的时间都是比较自由的，因为舞种不一样，其他的老师一天都有两节课，有时候周天还要补课，还有一些吃住条件方面的问题，不是很好，大家对于老板都非常的有意见，本来说好是包吃包住，来了以后需要自己买各种日用品，床上用品，还有早餐也不包，刚开始早餐都是吃的面，最后都改成吃包子了，好心酸，再加上天气很炎热，上一节课都要喝掉两瓶水，本来都是买的一块钱一瓶的冰水，最后都自己买了水杯烧的热水喝的，本来是来挣钱的，一个月不到的时间就花去了很多，饭菜里面都是些清淡的菜，一点油水都没有，有时候在街上看到自己喜欢吃的烧烤阿，面包零食啥的，都舍不得买，加上工作的压力和老板给的压力有时候就感觉好委屈，觉得自己在很认真的去教，老板却还各种不满意，觉得自己的劳动成果被否认，心情很不好，但是很快，我对待教学工作的态度就变的越来越积极了、我想起自己当时最根本的那个想法——锻炼。我对自己说，就算现在的情况比想象的艰苦，我也不能忘记当时自己来这里的根本原因阿，我觉得做好自己是最重要的，不管别人怎么想你，对的就去听，听了就去改正，不对的，就不要去在意。不能因为别人而影响了自己的心情。暑期上班差不多有50天的时间，短短的50天却让我学到了很多东西。

宿舍除了我还有几位教练，人都很好，因为我是里面年纪最小的，所以对我，也特别的照顾，但是，一个多月的时间里，也不是事事顺心的，这也让我学会了怎样更好的与人相处，所谓集体生活，就是想问题做事情必须以集体着想，不能一己私利，这样才能和睦相处，以前总听说社会是多么的残酷多么的现实，朋友只不过是互相利用罢了，但是在这里，我

懂得的却是，只有你为别人多考虑一点，别人也会多为你考虑，或许还是有很多很黑暗很现实很残酷的事情，但是，我庆幸我没有遇到，而且，在以后的道路中，我还是会以我的方式与人相处，我觉得最重要的是，做好自己，不能同流而污。

平时工作除了教好学生跳舞以外，以家长沟通其实是最重要的一项，在社会上要善于与别人沟通是需要长期的练习，以前没有工作的机会，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽。事半功倍。别人对你的意见，你要听取，耐心，虚心地接受。

俗话说：“在家千日好，出门半“招”难！”意思就是说：在家里的时候，有自己的父母照顾，关心，呵护！那肯定就是日子过的无虑，但是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自己一个人去解决，在一个多月里，让我学会了自强自立！凡是都要靠自己！

现在，就算父母不在我的身边，我都能够自己独立。

在上课的过程中，还是比较得心应手的，因为都是平时上课学习的东西，在平时上课的时候就已经完全掌握了，所以对于教学还是非常轻松的，所以，专业知识对我们是非常重要的。

很快，一个暑假就这样过去了，我的这个暑期实践也结束了。不是很忙，也不是很累，一切对我来说，是那樣的平淡而又充实。有人说，人生就是一个自我实践的过程。实践在己、在人、在天，而自我能够把握的部分便只能是自己，所以多经历一些就是好的。拥有了那些经历之后，你才会了解到他人的心境和思想，你才会拥有更多的感悟。

很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，也不愿在学校读书，

而已经在社会工作的人都宁愿回学校读书，我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，我们应该在今天努力掌握专业知识，明天才能更好地为社会服务，实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实践中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可以为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了，要学会从实践中学习，从学习中实践。我们不只要学好学校里所学到的只是，还要不断从生活中，实践中学到其他知识，不断地从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

舞蹈的诗句名言篇二

作为汉语言文学专业的学生，教育实习是本科教育中的实践环节，也是今后工作的预演，起着举足轻重的作用。20xx年9月10日我们36名师范生从学校出发，前往xx县高级中学，进行为期3周的教育实习活动。现在，实习结束了，我也学到了很多，感触良多。从20xx年9月10日至20xx年9月30日，已经圆满完成了各项实习任务，并取得了良好的工作成绩。现在，我将这次活动的具体情况总结如下：

一、学校初体验

二、实习进行时

记得第一天去听课，我就听了三个不同老师的课堂，他们所带的学生情况各不相同，分别是实验班、重点班和普通班。不同的老师有不同的教学风格，而我也收获颇多。我发现现在的课堂学生才是主体，老师只是起一个引导和补充的作用，大多数课堂时间都是学生通过小组讨论来提出并解决问题的，这与传统的教师一个人唱独角戏大不相同，启发式教育有利于培养学生独立自主思考、分析、解决问题的能力。去了三

个班级，我也听出了区别，实验班、重点班和普通班的上课氛围大不相同。前两个班的课堂气氛比较活跃，学生也勇于发言，而后面这个班的生与老师的配合不太好，学生做不到积极主动，跟不上老师的节奏。这也启示我在以后的教学活动中要充分调动学生的积极性、主动性。多与学生互动，抓住课堂环节，鼓励学生勇于发言，自信、大胆地为自己代言。

那天正好是周四，我参加了他们的“语文教研组会议“，了解了高中语文教学的严谨性，体会到了学校对教师的严格要求和对学生的高度负责，这个是我以前所不知道的。我一直以为老师教什么内容都是自己可以控制的，孰不知他们也要遵循年级组规定的一系列要求，如果违反了，处罚力度也是相当大的。其中请病假都要扣分，我顿时觉得要当一个语文老师也是很不容易的。从会议中了解到高一年级的教学主要在搞一个叫“课课清“的目标，就是每节课上课前把学习任务和内容以“导学案“的形式设计出来，学生提前预习并完成上面的习题。这样既明确了每天的学习任务，又达到了预习的目的。

每个周的周一下午，语文组的所有老师还要开一个“互研会“，主要是对上周教学工作在形式和方法上的总结，每个老师都要说自己的情况。同时，对于这个周所讲课程的进度、方式等进行探讨。我觉得这种方式可以有效提升教学质量，值得学习。

来到实习学校，除了每天批改“导学案“、小作文等日常工作外，还有一件工程量很大的任务，就是大作文的批改。从去那后到离开的二十多天时间里，每天都在加班加点完成这一任务。我跟的老师带的是两个班，加起来有104人。因为是普通班，学生比较差，作文中的错别字特别多，语句不通顺的地方也很多，标点符号也不能正确使用，因此，批改起来很费事。为了鼓励他们，我给每本作文都认真批改出有问题的地方，给了分数，评语也都在一百多至两百多字，主要是鼓励的话语多一点。

三、班主任养成中

实习活动快结束的时候，我和另一个同学向赵老师一起申请了高一(8)班的见习班主任。赵老师是高一(8)班的班主任，也是体育老师，人挺好的，也很热情。于是，每天早上06:20就和赵老师一起到操场负责班内学生的到位情况，督促他们快点整队，拿出小卡片在操场上学习。06:30的时候开始伴着广播中的节奏绕着操场跑步，每天都跑四圈，结束后以各班为单位列队在操场做广播体操。做操结束后，他们还得待到07:10才可以离开，这期间他们被要求在操场看书。半个小时的吃饭时间，早上07:50就开始上早读课，班主任要提前五分钟到教室查人以及班务打扫情况。这样的形式一天有三次，中午数学辅导前，以及晚上理化辅导前也得进行这些检查。这样，每天的生活都是忙碌而充实的，这也让我体会到了班主任老师的辛苦。

四、别后思忆深

舞蹈的诗句名言篇三

在大学的第二个假期中，我找了一份能够展示自己水平的工作，这是我平生第一份工作。对于一个从来没有接触过社会的我来说，做好这份工作真可谓是一个巨大的挑战。

对于教学而言，我还完全是一个新手，丝毫没有任何经验和阅历。不过，这些都并没有影响我的自信心，因为教授的对象是一群年幼的孩子，我认为，用我所学到的专业知识，尽心竭力地去面对我的“小学生”们应该不成问题。问题的关键是我想把他们教会、教好，真正让他们通过我的讲解与示范，掌握和理解舞蹈的一些动作，学到受用的知识，也便达成了我做这份工作的最终目的。

2012年7月18日上午9点，我开始了自己人生教学中的第一堂课。学生是一群6至10岁的孩子。说实话，刚开始的几分钟，

我真的很紧张，即便准备得很充分。听见孩子们一直在叽叽喳喳地闹个不停，我心开始乱了，我不知道自己该不该发火，板着脸和他们说话。当时我的心情矛盾、糟糕到了极点。我必须冷静，必须冷静心中一直重复默念着这样的话使我慢慢地将心平静了下来，开始了正常的教学。先是热身，随后是软度和伸展的训练，慢慢地开始进入了舞步的教学。可以说，直到这个时候才是真正考验我的时候，在专业能力上，我一向对自己很有自信心。平时的知识技能积累，刻苦的训练，让我有这个信心。可对于这些从来都没有接触过拉丁舞的孩子们，即不能用太专业的语言来讲解每一步，又不能用太难的动作让孩子们失去学习的兴趣，我开始用简单易懂的示范和孩子们能理解的话，很快就让他们掌握了伦巴的基本舞步。孩子天性爱玩，根据他们的心理，我又用10分钟带他们做游戏，这样不但可以让他们放松，还可以提高他们的身体素质、耐力和反应能力，也可以让他们之间相互了解，一举多得，实现轻松愉快的教学。剩下的一个半小时，主要就是进行舞步的详细教学。短短的2个小时，让我收获颇多，看见每个孩子逐渐跳得越来越好，感觉也上来了，别提我心里有多开心了，相当有成就感。当天晚上，我回顾了一下上午的教学，还是找到了很多不足和缺点，我开始想办法，为明天的教学积累经验。接下来的一天我自己评价总体的感觉还是很好的。就这样，为期一个月的教学，在我不断地总结经验 and 反思自己的缺点中度过了。在拿到工资的时候，我在乎更多的已经不是这些钱，而是我自己内心那小小的成就感。我终于可以告诉自己：我可以！我很棒！

舞蹈的诗句名言篇四

实践时间□20xx年x月x日——20xx年x月x日。

大学是个小社会，我们在大学里就等于步入了半个社会。我们不再是象牙塔里那害怕风吹日晒的花朵了，通过不断的社会实践的磨砺，让我们深深的认识到时间的重要性。社会是一所更能锻炼人的综合性的大学，只有正确的引导我们深入

社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件；才能使我们学有所用，在时间和服务中成长，在为社会服务的同时体现大学生的自身价值。坚持社会实践与专业特点相结合，为地方经济的发展贡献力量，为社会创造新的财富。作为大学生，我们应该了解社会，深入基层，深刻地学习党和国家的方针政策，为促进我国国民经济的发展和中华民族的伟大复兴献出应有的力量。

学生的素质教育，加强和改进青年学生的思想政治工作，引导学生健康成长，培养和提高学生的实践、创新和创业能力。社会实践活动一直是学校培养我们德、智、体、美、劳全面发展的重要途径。它有助于我们当代大学生接触社会，了解社会，更直观的认识社会，同时，实践也是我们学习知识，锻炼才干的有效途径，更是我们服务社会，回报社会的一种形式。

这个假期我选择的实践活动是带舞蹈班。这个跟以前的带班有相似的地方，但是对于我来说又更具挑战。原来带的班相对来说只是单纯的教舞蹈，没有任何的限制。而现在我带的舞蹈班是专业的舞蹈班。我负责的是学生们的民族舞这一方面。并且我们的班级课时分工相当明确。我的民舞分为三个班：小班，中班，大班。小班学生小，大多只有四五岁，不懂事，淘气，不听话，学生还多。我要学会与他们交流，要找到适合他们的方法，让他们听话的小窍门。中班的学生年龄大约在五到七岁，相对来说还好哄一些。大班的学生年纪大些，大约八到十二岁，这个班的学生听话很多并且接受能力强，还好教些。舞蹈班对于我来说真的是具有挑战：一、我的专业不是舞蹈，但要带专业的民族舞蹈；二、像小班的学生年纪小，我必须先寻找让小朋友高兴的方法，要先学会哄小孩；三、学生多，不好管理；四、现在的家庭孩子是宝，我要学会与家长沟通。当然，暑假实习就是学习经验的过程，经验就是从解决这些问题中得到的。

暑假代舞蹈班的同时还兼代了表演课。表演课是给一些准备艺考的高中学生代的课。自己本身是相当喜欢这份工作的，表演是我的专业，在这方面了解相对更多一些，并且自己经历过的表演班相对多些，经历艺考的时间也还不算很长，积累的一些经验教训刚刚好可以教教这些学生。当然喜欢归喜欢，但是自己还是会有担忧。自己艺考时的老师都是些名校的毕业生，或者是一些演员，而我，现在作为以考生的老师，只不过是一个即将升大三的学生。有些害怕，怕自己会误人子弟，会耽误了这一群可爱的孩子。担忧害怕只会让自己心里更没底，问题出现了我就要寻找方法解决。自己解决不了的问题就去问我的老师，表演老师高老师教给我很多方法，还有孙老师也告诉我一些他作为监考官选择以考生的标准。还有，多问同学，与在外代课的同学多多交流。这是我的第一批学生，我很是放在心上，希望他们在我们大家一起的努力会取得好成绩，可以考进自己理想的学校。

通过这个暑假的实践工作，感觉自己长大了了很多，也学到了很多经验教训，收获了很多，总结以下几点：

一：待人要诚。

对别人坦诚相待，用心地的那份真诚去对待别人，别人会看到这份真诚，而感动于这份真诚。真诚，是事业长盛不衰的必胜法宝。万事开头难，但是开头无论有多难也要真诚待人。这个假期，我真的体会到了真诚力量的强大。不论是舞蹈班还是表演班，这都是我第一次正式的带班，我满心的，全部都是能真正的带给学生点东西，真心期盼着学生能够都学会。像舞蹈班小班的学生，虽然小，也能体会到我的真诚。一次上课，我当着全班学生的面哭了，是感动的。因为每天都大声讲话，嗓子一个假期都是哑哑的，那天即将下课的时候，一个五岁的孩子对我说：“老师，回去吃点药。”真的，我真的感觉真诚所具有的力量强大。

二：学会沟通。

沟通是一种处世的技巧和能力，沟通时时都要巧妙的运用。在这个假期中，我学会了跟三个群体沟通：家长，学生，还有学校负责人。当然，我认为沟通的基础是真诚，真诚的对待每一个人，沟通便变得很容易。对家长，根据学生的情况，多多的向家长提提。有些家长忙于工作很容易忽略孩子。对于一些比较麻烦的家长一定要耐心，因为老师和家长都有一个共同的目标就是培养孩子。对学生，无论年纪大小都要鼓励。不论是学生身上还只自己身上都会发现，有鼓励就有动力。

三：充满热情，要有耐心。

不论在哪个行业，热情和信心都是必不可少的，热情让我们对工作充满激情，愿意为共同的目标奋斗，耐心让我们细致的对待工作，力求做好每一个细节，精益求精。激情与耐心互补互进，才能碰触最美的火花，工作才能做的好。

四：讲究条理。

无论是什么用人单位都想要思路清晰，做事有条理的人。讲究条例可以让工作事半功倍。

社会实践是我们理论与实践的最佳结合点，尤其是学生时代的我们，只重视理论学习，忽视实践环节，这样往往在走上实际的工作岗位后发挥不出真正的潜力。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和提高。

大学是教育我们，培养我们、的圣地，社会是一个锻炼我们，磨砺我们的基地。假期的社会实践一晃而过，但是它让我领悟到了很多东西，而这些将使我受用终生。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成才之道与肩负的历史使命。社会是我们学习和成才的大教堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价

值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下更为坚实的基础。

舞蹈的诗句名言篇五

舞蹈是一种表演艺术，使用身体来完成各种优雅或高难度的动作，一般有音乐伴奏，以有节奏的动作为主要表现手段的艺术形式。它一般借助音乐，也借助其他的道具。以下是为大家整理的关于,欢迎大家前来参考查阅!

第一篇:大学生舞蹈教师实践报告

在大学里我学习的是舞蹈专业，这首先要追踪于我在高中时的学习成绩。在高中时我的学习成绩不好，靠文化课考上大学的希望不大，为了能够上大学，我只有另辟蹊径了，最后我觉得我舞蹈学的不错，以前也学过，就开始了我的舞蹈专业学习。

由于我有良好的舞蹈底子，所以我学习的也是很快，不久后的专业考试中也考的很好，之后我就开始高考并且顺利的考入了大学。

在大学里我学习的是师范类专业，我想毕业后做一名舞蹈老师，很快的，大学已经过去了两年了，我也可以当一名实习老师了。在我找了很多学校后，终于有一家学校开设了舞蹈课程，我也可以给他们去上课，也是对我舞蹈能力的再学习。我将实习期间的工作收获总结如下：

做老师容易，做好老师难，除了备课、上课，其余都是琐屑小事。有人说教师干的是良心活儿，我看有道理，做教师不需太大的办事能力，却是极其精细的话，就像艺术家对于他的作品一样要想自己的作品趋于完美，的确得花一番工夫。

通过实习期间的舞蹈授课，我发现在教授新舞蹈时，不能操之过急，一定要循序渐进地讲解清楚动作的要求、规格和要

领，制定有效的练习步骤。按照由简至繁的教学原则，首先让学生熟悉音乐节奏，随后是动作练习，最后才是情绪表达。在动作练习中，将组合动作分解成单一动作，难度较大的单一动作还分解成局部动作（上肢或下肢动作）。如教授第三套健身秧歌第一段《叫技》时，我先让学生熟悉音乐，准确把握节奏，然后将舞蹈动作分解成单一动作，先教下肢脚的动作，后教上肢扇子和手绢的动作，再结合起来学习，并在这两个基础上加以表情训练。在训练过程中，还要注意训练的科学性——运动量和动作幅度符合不同年龄学生的生理特点，对其进行适度训练。

为提高全局工作人员的整体素质，局领导组织全局进行时事政治学习，特别是十七大提出“当今时代，文化越来越成为民族凝聚力和创造力的重要源泉、越来越成为综合国力竞争的重要因素，丰富精神文化生活越来越成为我国人民的热切愿望。要坚持社会主义先进文化前进方向，兴起社会主义文化建设新高潮，激发全民族文化创造活力，提高国家文化软实力，使人民基本文化权益得到更好保障，使社会文化生活更加丰富多彩，使人民精神风貌更加昂扬向上”，使我知道文艺骨干是最积极和最具影响力、凝聚力的组织者和示范者，我们要增强自我造血功能，加快文化产业建设，创造出积极的、健康向上的文艺作品，使人民群众的生活更加丰富多彩。

实习期间，在指导老师的帮助下，除了认真完成局里领导布置的工作任务，额外的学习流传已久的社火活动、二人台等民间艺术。初步了解了民间举行社火活动的时间、地点、内容以及形式，简单掌握了二人台的节奏动律、舞蹈动作特点和风格特性，弥补了自己在民间艺术知识方面的不足。

两个月弹指一挥间就毫无声息的流逝，就在此时需要回头总结之际才猛然间意识到日子的匆匆。“千里之行，始于足下”，这两个多月短暂而又充实的实习，使我真正体会到作为一名文化工作者的辛苦和做一位舞蹈老师的乐趣以及责任，

使我的教学经验得到了一个质的飞跃，学到了很多书本上学不到的知识。同时，它对我走向社会起到了一个桥梁的作用、过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。原先颇感忸怩的离开大学的围城生活，现在已经渐渐变得顺其自然了，这或许应该是一种庆幸，或许更应该是一种叹息，谁能说得清呢？回顾两个多月的工作，既紧张，又新奇，收获也很多。

也许在多年以后我成长为一名舞蹈教师以后，我回首看今天的实习，觉的自己一定很好笑，专业知识都不是很懂还去教人家。可是我现在想，这一次实习时我人生中一次宝贵的财富，我正是通过实习才知道了自己的不足之处，我可以更好的改正自己的缺点，实现我专业能力的再提升。

我会在以后的学习岁月中再次实习的，每一次实习都有着很好的收获，何乐而不为呢。我会更好的改正我自己的，实现自己的梦想！

第二篇：大学生舞蹈教师实践报告

做老师容易，做好老师难，除了备课、上课，其余都是琐屑小事。有人说教师干的是良心活儿，我看有道理，做教师不需太大的办事能力，却是极其精细的话，就像艺术家对于他的作品一样要想自己的作品趋于完美，的确得花一番工夫。

通过实习期间的舞蹈授课，我发现在教授新舞蹈时，不能操之过急，一定要循序渐进地讲解清楚动作的要求、规格和要领，制定有效的练习步骤。按照由简至繁的教学原则，首先让学生熟悉音乐节奏，随后是动作练习，最后才是情绪表达。

在动作练习中，将组合动作分解成单一动作，难度较大的单一动作还分解成局部动作（上肢或下肢动作）。如教授第三套健身秧歌第一段时，我先让学生熟悉音乐，准确把握节奏，然后将舞蹈动作分解成单一动作，先教下肢脚的动作，后教

上肢扇子和手绢的动作，再结合起来学习，并在这两个基础上加以表情训练。在训练过程中，还要注意训练的科学性——运动量和动作幅度符合不同年龄学生的生理特点，对其进行适度训练。

为营造浓郁的节日文化氛围，跟随文化馆工作人员组织了文化活动，并有幸成为文化馆辅导小组的一员。春节系列文化活动是每年群众文化工作的重中之重，为保证活动顺利完成，我们成立了系列活动领导小组。同时，加强辅导部人员力量。领导小组全面负责系列活动的策划和组织实施，并把各项工作落实到各部室，责任到人。

实习期间，在指导老师的帮助下，除了认真完成局里领导布置的工作任务，额外的学习流传已久的社火活动、二人台等民间艺术。初步了解了民间举行社火活动的时间、地点、内容以及形式，简单掌握了二人台的节奏动律、舞蹈动作特点和风格特性，弥补了自己在民间艺术知识方面的不足。

两个月弹指一挥间就毫无声息的流逝，就在此时需要回头总结之际才猛然间意识到日子的匆匆。“千里之行，始于足下”，这两个多月短暂而又充实的实习，使我真正体会到作为一名文化工作者的辛苦和做一位舞蹈老师的乐趣以及责任，使我的教学经验得到了一个质的飞跃，学到了很多书本上学不到的知识。

同时，它对我走向社会起到了一个桥梁的作用、过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。原先颇感忸怩的离开大学的围城生活，现在已经渐渐变得顺其自然了，这或许应该是一种庆幸，或许更应该是一种叹息，谁能说得清呢？回顾两个多月的工作，既紧张，又新奇，收获也很多。

也许在多年以后我成长为一名舞蹈教师以后，我回首看今天的实习，觉的自己一定很好笑，专业知识都不是很懂还去教

人家。可是我现在想，这一次实习时我人生中一次宝贵的财富，我正是通过实习才知道了自己的不足之处，我可以更好的改正自己的缺点，实现我专业能力的再提升。

我会在以后的岁月中再次做这个岗位的，可以做自己喜欢的，何乐而不为呢。我会更好的改正我自己的，实现自己的梦想！

第三篇：大学生舞蹈教师实践报告

如我所愿的是，我很幸运的找到了实习舞蹈培训老师这个职业。我的工作很简单，就上午一个半小时的课，可是，除了上课把知识教给她们外，其实最重要的是培养她们学习的兴趣，得根据她们不同的自身条件，制定一份适合她们的教学程序，让她们对我上的课感兴趣，就是我最重要的目标，当然，也必须规定在一定的时间里学会多少东西。

代课的地方离家里有点远，在湖北，所以就得在这边吃住，第一天来到这个城市的时候心其实有点凉，因为城市很小，条件一般，不过，转念想想实习本来就是来锻炼的也就觉得没什么了。人生地不熟的来在这里，其实有时候压力挺大的，我的工作量不大，就每天上午一节课，的时间都是比较自由的，因为舞种不一样，其他的老师一天都有两节课，有时候周天还要补课，还有一些吃住条件方面的问题，不是很好，大家对于老板都非常的有意见。

本来说好是包吃包住，来了以后需要自己买各种日用品，床上用品，还有早餐也不包，刚开始早餐都是吃的面，最后都改成吃包子了，好心酸，再加上工作量大，上一节课都要喝掉两瓶水，本来都是买的一块钱一瓶的冰水，最后都自己买了水杯烧的热水喝的，本来是来挣钱的，一个月不到的时间就花去了很多，饭菜里面都是些清淡的菜，一点油水都没有，有时候在街上看到自己喜欢吃的烧烤阿，面包零食啥的，都舍不得买，加上工作的压力和老板给的压力有时候就感觉好

委屈，觉得自己在很认真的去教，老板却还各种不满意，觉得自己的劳动成果被否认，心情很不好，但是很快，我对待教学工作的态度就变的越来越积极了，因为我想起自己当时最根本的那个想法——锻炼。

我对自己说，就算现在的情况比想象的艰苦，我也不能忘记当时自己来这里的根本原因阿，我觉得做好自己是最重要的，不管别人怎么想你，对的就去听，听了就去改正，不对的，就不要去在意。不能因为别人而影响了自己的心情。实习上班差不多有50天的时间，短短的50天却让我学到了很多东西。

1、处理人际关系很重要

宿舍除了我还有几位教练，人都很好，因为我是里面年纪最小的，所以对我，也特别的照顾，但是，一个多月的时间里，也不是事事顺心的，这也让我学会了怎样更好的与人相处，所谓集体生活，就是想问题做事情必须以集体着想，不能一己私利，这样才能和睦相处，以前总听说社会是多么的残酷多么的现实，朋友只不过是互相利用罢了，但是在这里，我懂得的却是，只有你为别人多考虑一点，别人也会多为你考虑，或许还是有很多很黑暗很现实很残酷的事情，但是，我庆幸我没有遇到，而且，在以后的道路中，我还是会以我的方式与人相处，我觉得最重要的是，做好自己，不能同流而污。

2、要学会主动交涉

平时工作除了教好学生跳舞以外，以家长沟通其实是最重要的一项，在社会上要善于与别人沟通是需要长期的练习，以前没有工作的机会，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽。事半功倍。别人对你的意见，你要听取，耐心，虚心地接受。

3、要学会自强自立

俗话说：“在家千日好，出门半“招”难！”意思就是说：在家里的时候，有自己的父母照顾，关心，呵护！那肯定就是日子过的无虑，但是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自己一个人去解决，在一个多月里，让我学会了自强自立！凡是都要靠自己！现在，就算父母不在我的身边，我都能够自己独立。

4、专业的重要性

在上课的过程中，还是比较得心应手的，因为都是平时上课学习的东西，在平时上课的时候就已经完全掌握了，所以对于教学还是非常轻松的，所以，专业知识对我们是非常重要的。

很快，实习期就这样过去了，我的这个实践也结束了。不是很忙，也不是很累，一切对我来说，是那样的平淡而又充实。有人说，人生就是一个自我实践的过程。实践在己、在人、在天，而自我能够把握的部分便只能是自己，所以多经历一些就是好的。拥有了那些经历之后，你才会了解到他人的心境和思想，你才会拥有更多的感悟。

很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，也不愿在学校读书，而已经在社会工作的人都宁愿回学校读书，我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，我们应该在今天努力掌握专业知识，明天才能更好地为社会服务。

实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实践中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可以为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事

不同，从中所学的东西自然就不一样了，要学会从实践中学习，从学习中实践。我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学到其它知识，不断地从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

这是一次实习经历。对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽然生活艰苦，但是我毅然踏上了社会实践的道路、想通过亲身体会社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才能，培养自己的韧性，想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

在现今社会，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。招聘会上大字报都总写着“有经验者优先”可还在校园里面的我们这帮学子社会经验又会拥有多少呢？所以，实习对我们来说真的是一次很好的锻炼机会。