

2023年舞蹈课程教学计划包括哪些内容和要求(优质5篇)

制定计划前，要分析研究工作现状，充分了解下一步工作是在什么基础上进行的，是依据什么来制定这个计划的。我们该怎么拟定计划呢？下面是小编带来的优秀计划范文，希望大家能够喜欢！

舞蹈课程教学计划包括哪些内容和要求篇一

少儿舞蹈班招收的都是1~3年级左右的学生，这个年龄的学生主要也是培养兴趣为主要目的。进行舞蹈基本功训练，身体各个部分软开度训练，学习舞蹈节奏、舞步组合，节拍练习及舞蹈小节目，以学习动作协调能力为训练重点，发挥学生的想象力、创造力，培养学生良好地气质，提高学生良好的音乐素质，提高艺术修养，增加学生对舞蹈的了解。

针对此年龄层儿童的心理和生理特点，来编排和教授这门课程，希望通过这门课程中简单的站位，舞姿，动作及小的舞蹈组合训练，让学生更充分、正确的活动运用自己的身体，让学生在学完这节课以后，在柔韧性，模仿能力和表现力都有所提高，也更喜欢这门课程。

- 1、 软开度达到一定的标准（横、竖叉、下腰、压腿）完成。
 - 2、 模仿手段（能够很快很形象的模仿老师的动作）
 - 3、 表现力（跳舞蹈小组合要有一定的表情，自信）
- 1、 有计划的制定出每节课时的教学目标，教学目的，教学内容，教学重难点。

- 2、 每次教授新课由老师表演示范导入教授新课内容。
- 3、 有步骤的教授课程内容。如：压腿练习（10分钟）
步骤：

- （1）教授正确的把握压腿方法；
- （2）教师正确示范，口数节拍；
- （3）口数节拍，教授学生压腿练习；
- （4）口数节拍，学生单独完成；
- （5）配合音乐，完成组合。

根据每期课时，分为四大阶段进行训练。

- 1、 通过有针对性，有趣味性的地面活动组合，由头到脚的引导学生们活动身上的每一个关节，每一寸肌肉，进行单一舞蹈动作的训练。

- 2、 由单一的动作练习过度到音乐组合中，主要通过单一的动作讲

解，示范和反复练习完成，为下一阶段的学习打下基础。

- 3、 这个阶段是最为重要的训练阶段，在以前课程的基础上，大量加

大组合的训练，同时还要不断巩固复习基础课程练习，并且加入舞蹈小舞段的练习，发挥学生的想象力和创造力，提高舞蹈表现力，全面的复习本学期学习的课程内容。

舞蹈课程教学计划包括哪些内容和要求篇二

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，提高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，根据自己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，这不但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，全面整体性地提高学生舞蹈艺术素质。

舞蹈教学计划与内容：

- 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。
- 5、基本功训练与芭蕾基础训练与古典舞声韵训练。

6、根据学生训练编排舞蹈组合与元旦晚会开场舞的编排、我所带领的舞蹈班是中低年级，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，提高学生艺术修养。

4、通过舞蹈让眼睛会说话提高学生自信。

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

第一周、第二周、第三周：基本功训练、基本站姿、基本芭蕾手位、舞蹈基训组合。

第四周、第五周、第六周：基本功训练、基：基本功训练、基本芭蕾舞姿、芭蕾基本功技巧、基本芭蕾擦地、芭蕾擦地组

合。第七周、第八周手位组合、运动会开场舞蹈。

第九周：复习

第十周、第十一周、第十二周：基本功训练、基本功技巧、古典舞声韵训练、爵士基础、元旦开场舞蹈编排。第十三周、第十四周、第十五周：基本功训练、爵士组合、元旦开场舞。

一、教学任务：

- 1、增强对舞蹈的兴趣，提高学生对音乐的节奏。通过舞蹈表演培训使学生认识、了解舞蹈
 - 2、掌握舞蹈方位、力度、感觉。
 - 3、发展学生的柔韧性和协调性，树立学生大胆表现的个性。
 - 4、增进学生的灵活的形体，培养学生群体的合作精神。
 - 5、培养学生舞台表现能力，增进他们的表现欲。
 - 6、使学生们对舞蹈表演产生浓厚的兴趣，善于用肢体语言表现自己最美丽的一面。
- 3、通过舞蹈特长培训使孩子们的形体得到良好的发展，使学生们在舞蹈训练中感受舞蹈的乐趣，提高学生们的审美能力。
- 4、了解我国不同民族舞蹈和外国个别特色舞蹈，在基本功训练的基础上感受舞台表演使孩子们的特长得到充分展示。通过各种民族音乐学习表演各种民族舞蹈。

二、基训：

- 1、练习：压腿（前、旁、后），踢腿（前、旁、后），控腿，腰的训练

2、中间动作：大踢腿（前旁后）、大跳，倒踢紫金冠，转的技巧，舞姿训练。

3、舞蹈技巧训练：身、跳、翻、转等训练。

三、民族民间舞、成品舞蹈

1、学习广场舞、汉族舞、等。

教学内容

第一阶段：基本内容

1、认识舞蹈

2、舞蹈的基本功训练

第二阶段：兴趣培养、分类舞蹈的基本动作体验。民族舞部分：汉民间舞蹈

第三阶段：完整舞蹈小组合的学习

1、民族舞蹈

2、形体舞蹈

第四阶段：展示

四、教学计划

九月份：基本内容：认识舞蹈、了解舞蹈、站立的姿势、优美的体态

正、旁、后压腿、行进中的正、旁踢腿

把杆上的后踢腿、地面上的踢腿组合把杆上的开肩练习、下叉（竖叉、横叉）

跪立的空腰、跪立的下小腰平躺的反手撑腰、直立的涮腰练习

十月份：兴趣培养、分类舞蹈的基本动作和组合汉民间舞蹈的基本动作。一年级小学生学习舞蹈（欢聚一堂）

十一月份：完整舞蹈的学习（小苹果）（火火中国风）

分解舞蹈动作的学习

编排舞蹈动作的顺序进行训练

完整舞蹈的训练，配乐舞蹈训练

体能的练习、舞蹈的巩固

十二月份——一月份：舞蹈的展示

巩固舞蹈，进行展示□20xx年9月

舞蹈班教学计划

舞蹈课程教学计划包括哪些内容和要求篇三

主要以培养3-6岁幼儿认识，学校舞蹈为目的，是中国幼儿舞蹈训练课堂必须具备的舞蹈专业只是和技能。课堂训练内容已参考北京舞蹈许愿中国舞幼儿考级教程，再经过自己的选择，创编组合而成的一套芭蕾基本功和舞蹈韵律强的音乐歌舞小组合的课堂教程。

第二节：教学任务

经过一套综合练习，使幼儿逐渐识别音乐的节拍，并能按照音乐节奏跳舞，把握基本舞蹈元素动作，能够准确的完成。慢慢地培养幼儿对音乐舞蹈的兴趣，增强他们身体机能的抵抗疾病的能力，提高他们身体灵活性，活跃性及心灵的愉悦感。陶冶自身的艺术感受力，并为有一部分幼儿对舞蹈产生的浓厚兴趣，为将来投身舞蹈事业打下良好基础。

第三节：教学内容

1) 课前热身游戏 2) 芭蕾舞基本功训练

3) 音乐舞蹈小组和共6个，这是教学的重点。

组合练习分为：头部练习，腿部练习，腰部练习，波浪手，摆臂

第四节：教学步骤

一： 1、介绍：掌、扩指、摊手、转腕、上翘指。 2、考级一：走步：大苹果

二： 1、手背位置、手背动作。 2、保护小羊，你说可笑不可笑

三： 1、弯腰、转腰、前压腿，旁压腿。 2、小钟，小脚

四： 1、正步位，小八字位，大八字位。 2、擦玻璃

五： 1、头位置，动作，摆肩。 2、小鸟的歌，伸手

六： 1、勾蹦脚，伸坐，双跪坐，交叉盘坐，仰卧，蹦跳步。 2、小白兔

舞蹈课程教学计划包括哪些内容和要求篇四

- 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。

第一周：

- 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

第二周：

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

第三周：

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

第四周：

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。

第五周：

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

第六周：

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。

第七周：

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xx□□

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，双脚做蹦跳步左一右

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

第八周：

1、复习所学的基本内容。

2、复习小舞蹈《小xx□□

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。

第九周：

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

舞蹈课程教学计划包括哪些内容和要求篇五

1、学生通过在培训班的一周一练习的学习课程，使学生用一种最短的时间记住所学的小组合，进步舞蹈素养、进步综合

性的艺术素质。

2、这学期的任务是，让学生学会并且把握舞蹈的基本技能和考级的部份组合。

二、教学内容

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、基本功练习；

四级的学生在舞蹈基本功练习中就要重视学生的形体方面了，在横、竖叉都可以的下，腰部练习就要强化些了，下腰、放手控腰、甩腰抓脚是重要的一部份了，在反应快和把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，基本功技能方面要学的比较多些，这学期要展开前卷腰、后卷腰，在练习的时候必须要留意学生的规范性，安全性。

（舞鞋）1小浪花、3游泳、4小帆船、6胡蝶、8积木乐园 五级内容

（一）、15推指、16波浪

（舞鞋）1我和小鸟来唱歌、3花摇篮、5火鸡、7西班牙胡蝶
考级完成步骤 一级

每节课完成两个组合（北舞、舞鞋各一个）四级

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）

五级

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）