

最新少儿舞蹈教学计划大纲(实用5篇)

计划是人们在面对各种挑战和任务时，为了更好地组织和管理自己的时间、资源和能力而制定的一种指导性工具。写计划的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的计划范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

少儿舞蹈教学计划大纲篇一

一、指导思想：

1、紧紧抓住素质教育的“核心问题”和“关键环节”从“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、定时活动。

二、活动目的：

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。

三、培养目标：

- 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。

四、活动特色：

- 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。

自信的笑脸，有如自然界中的花草树木，充满着蓬勃的生机。

五、主要措施：（拟采用的教学方法和教学手段）

- 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

六、活动内容安排：

- 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。同时学习舞蹈《快乐成长》，为六一活动进行排练。

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，检查所学舞蹈。

七、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。

少儿舞蹈教学计划大纲篇二

以成立“乡村少年宫”为契机，实现校内外资源的有效结合，培养孩子们的学习爱好，开阔视野，增长见识，为进一步提高农村未成年人的整体素质做出我们应有的贡献。

1. 增强对舞蹈的兴趣，提高学生对音乐的节奏；
2. 掌握舞蹈方位、力度、感觉；
3. 发展学生的柔韧性和协调性，树立学生大胆表现个性；
4. 增进学生的灵活性的形体，培养学生群体的合作精神；
5. 培养学生的舞台表现能力，增进他们的表现欲；

1. 把杆练习：压腿（前、旁、后），踢腿（前、旁、后）、控腿、腰的训练等；

2. 中间动作：大踢腿（前、旁、后）、大跳、转的技巧、舞姿训练等；

3. 舞蹈技巧训练：翻、转等训练。

每周二、三、四下午第三节课

五、具体内容安排如下：

第一周：在低年级吸收新队员，并确定适合人选。热身组合。

第二周：舞蹈基本动作与技能训练：手臂的意识组合。

第三周：舞蹈基本动作与技能训练：脚的意识训练组合——大腿、小腿、膝盖、脚背。

第四周：舞蹈基本动作与技能训练：肩和胸腰的开度练习。

第五周：舞蹈基本动作与技能训练：跳跃意识组合。

第六周：舞蹈基本动作与技能训练：腿及脊椎的规范意识组合。

第七周：舞蹈基本动作与技能训练：上体活动练习：下旁腰练习、涮腰练习。第八周：舞蹈基本动作与技能训练：软度与腹肌的开发性训练。

第九周：学习舞蹈《玩具畅想》。

第十周：学习舞蹈《玩具畅想》。

第十一周：基本脚型：勾脚、绷脚、勾绷脚。

第十二周：脚的灵活性与节奏配合。

第十三周：基本脚位：正步、丁字步、小八字步、大八字步、踏步、弓箭步、虚步。

第十四周：手臂的基本姿态：单山膀、双山膀、顺风旗、双托掌、山膀按掌、

斜托掌、冲掌、提襟。

第十五周：手臂的基本动作：单手动作（撩掌、盖掌、切掌、分掌、穿掌端掌、摊掌）。

第十六周：学习舞蹈《天竺少女》，参加校庆元旦汇报演出。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

少儿舞蹈教学计划大纲篇三

时光飞逝，时间在慢慢推演，我们的工作又将在忙碌中充实着，在喜悦中收获着，该好好计划一下接下来的工作了！可是到底什么样的计划才是适合自己的呢？下面是小编精心整理的少儿舞蹈教学计划模板，欢迎大家借鉴与参考，希望对

大家有所帮助。

新学期新的开始，本学期由我担任舞蹈班的教学工作，通过开学的家长会和一周的教学实验课，我对各年龄班的幼儿基本情况有了大致了解，下面我根据幼儿年龄特点制定了本期的教学计划。

由于小班幼儿刚接触舞蹈，对一切都特别好奇，且兴趣较浓。

因此在教学中要激发和保持这种兴趣。但小班幼儿的自制能力和接受能力较差，所以教学活动要形象、生动有趣。针对这些，我在小班教学中采用游戏的形式，让幼儿在玩中学、在乐中学。

1、律动练习、走步练习。根据走步的方法和节奏、速度、力度来表现不同的人物及情绪，同形象的走，可以慢慢的走，雄壮的走，欢快的走。

2、碎步练习、蹦跳步练习。根据幼儿步伐来选择相应的歌曲来表达游戏或律动，来激发幼儿对舞蹈的兴趣掌握身体平衡，培养幼儿的节奏感。例如《乘飞船》《小鸟飞》等。

4、律动《划船》模仿划船动作。学习按照音乐的节奏使手臂和身体动作相协调。

5、律动《这是小兵》模仿小兵吹号、打铜鼓、开枪、开炮等动作。初步培养幼儿对音乐、舞蹈的兴趣和节奏感，发展幼儿对音乐的感受力、记忆力、想象力、表现能力，陶冶幼儿的兴趣和品格。学习弓箭步和单腿跪等动作。

6、《摊摊手》掌握摊、摊手，转动手腕等基本动作。

7、《踢小球》模仿踢小球动作。学习原地跑。用脚盘球、踢球、停球、用头顶球、双脚跳起、双手抱球等动作。

8、《扑蝴蝶》模仿扑蝴蝶动作。学习蹦跳步。

中班幼儿对舞蹈有了初步的接触，且基本功达到了一定要求，因此中班的舞蹈要带有一定的表演性。

1、舞蹈《小红帽》学习基本动作：踏步摆手、蹦跳步、踵步、后踢步、吸跳步、等。

2、律动《小鱼游》模仿小鱼游水的动作，两脚用碎步，手臂的动作较多。小鱼游水时，可向前、向左、向右、向后及可转圈。

3、舞蹈《跨世纪的`新一代》学习基本动作：踏步、跳点步、旁点步等。

4、舞蹈《摘葡萄》学习基本动作：学习进退步，要求一前一后的垫步。迈步转身、三步、三步一抬、碾步、手腕花，学习手腕花时，要求转动手腕要柔软，灵活动作，不要僵硬，眼睛跟着手转动。认识手腕花是新疆舞的基础动作。

5、《开枪,开炮》游戏模仿解放军开枪开炮的动作。增长幼儿团结一致的精神。认识踵趾步的步法，掌握步法的要求。

7、《表情歌》训练幼儿的表情，做出丰富的脸部表情。在舞蹈游戏中进行舞蹈练习。

8、《邀请舞》基础动作：碎步走，小步跑时做到两脚踏起，用前脚掌轮流快速地向前走，膝盖稍弯曲。在小跑时要求步子轻快，速度均匀。锻炼幼儿的相互合作精神。为便于幼儿记忆，邀请时按音乐节奏口唱。

1、基本训练前、后抬腿，大踢腿，前、后滚翻，掌握前、后滚翻的技巧，训练腿部控制能力。

2、舞蹈《格桑花》学习基本动作：颤膝、退踏步、嘀嗒步、摇步、悠步等。

3、舞蹈《草原小骑手》学习基本动作：跑马步、硬腕、提压腕、硬肩、柔肩、笑肩等。

4、手绢花组合学习基本动作：单臂花、双臂花、双开花、双绕花、双盖花等。通过各种手绢花动作的训练使幼儿初步掌握一些民间舞蹈的风格特色。战线幼儿活泼、欢快的性格。

5、舞蹈《摘葡萄》学习基本动作：学习进退步，要求一前一后的垫步。迈步转身、三步、三步一抬、碾步、手腕花，学习手腕花时，要求转动手腕要柔软，灵活动作，不要僵硬，眼睛跟着手转动。认识手腕花是新疆舞的基础动作。

在做好日常教学工作的同时，我将认真排练各节日的舞蹈节目。以上是我本期的教学计划。

少儿舞蹈教学计划大纲篇四

舞蹈是人体的艺术，他要求舞者良好的体型和必要的舞蹈条件。幼儿舞蹈以其流畅优美的音乐和形象生动的体态动作，反映幼儿的童趣、童心，是幼儿喜闻乐见爱学的一种艺术活动。它对于丰富幼儿审美经验，培养感受美和表现美的情趣与能力；开发艺术潜能；发展幼儿理解、联想、想像、创新等方面的能力；促进幼儿动作与身体机能的发展，提高幼儿动作协调性、灵活性等有重要意义。

部分幼儿站姿仍存自然形态的习惯，因此首先要克服幼儿的自然形态的习惯，训练出一个良好的体态，初步掌握肌肉的紧张和松弛，锻炼后背和腿的能力；其次解决腰腿的软度和控制能力；然后，在训练的整个过程中教会幼儿听音乐，养成跟着音乐来做动作的习惯。

幼儿的生理特点是：人小，稳定性差，但软度和开度较好，而软度和开度又是一切舞蹈动作的根本点，所以，借助平整的地板来帮助幼儿进行软、开度的训练，由于幼儿是躺或坐在地上进行训练的负担较小，容易掌握动作达到理想的训练目的，因此在舞蹈时，动作尽量简单。

上肢在摇动同时，下肢动作不要太大。如：小丁字步、连续跳等。动作简单，孩子易学会，这对初学舞蹈的幼儿来说，他们不会产生厌倦恐惧的心理。另外，动作要一定的情趣，如果一味地强调某种正规的动作，这会影响他们学的兴趣，稍加点情趣，效果就不一样。因此本学期活动安排如下：

幼儿舞蹈兴趣活动在训练教学上分为两大部分：

一、舞蹈基础训练。也可称为舞蹈的基本技能训练。主要是采用地面训练的方式，训练(4—6岁)这一年龄段的幼儿所能掌握的舞蹈基本能力和基本动作。

二、表演性组合。主要训练幼儿动作的协调性和艺术表现力。力求充分挖掘幼儿的天性，使幼儿的舞蹈动作能够达到高一层次的协调流畅。从而启发幼儿用肢体去表达情绪，抒发感情。

基础训练与表演性训练相结合的方法，更加适用于幼儿园舞蹈训练及各种演出需要，使训练更具有针对性和目的性。

总目标：

1. 学会基本手位，脚位及基本功的练习：大八字位、小八字位。压腿：前压，侧压，后压。踢腿：前踢。方位：2、3、4、5、6、7、8位。

2. 学会12个考级组合：

(1) 走步

(2) 音乐反应

(3) 扩指

(4) 手臂动作

(5) 弯腰，转腰

(6) 前压腿

(7) 双吸腿

(8) 脚位

(9) 投得的动作

(10) 摆臂

(11) 蹦跳步

(12) 平踏步

3. 学会跟音乐跟节奏：可以听着音乐即兴跳小组和，有节奏感，能走出简单的队形。

4. 学习跳一个成品舞。

5. 为今后学习舞蹈的过程打好基础，增加身体的柔软度。

少儿舞蹈教学计划大纲篇五

心有多大，舞台就有多大。下面，小编为大家分享少儿舞蹈教

学计划，希望对大家有所帮助！

少儿舞蹈班招收的都是5-10岁左右的学生，这个年龄段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，以学生动作协调能力为训练重点，发挥学生的想象力、创造力，培养学生良好的气质，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，动律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) 课前热身游戏

2) 芭蕾舞(民族舞)基本功训练

3) 音乐舞蹈小组组合共6个，2个完整的舞蹈片段，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

舞蹈片段分为：民族舞一个，。流行舞爵士舞一个。

1、软开度达到一定的标准(横，竖叉 下腰 压腿)完成。

2、模仿能力(能够很快很形象的模仿老师的动作)。

3、表现力(跳舞蹈小组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师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、教授正确的把上压腿方法；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活动开身上的每一个关节，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。

一：1、介绍：掌、扩指、摊手、转腕、上翘指。2、正步位，小八字位，大八字位

二：1、手背位置、手背动作。双手位

三：1、勾蹦脚，伸坐，双跪坐，交叉盘坐，仰卧，蹦跳步。

四：1、波浪。2、擦玻璃 3、弯腰、转腰、前压腿，旁压腿。

五：1、头位置，动作，摆肩。2、平踏步，横移步，自然走

六：1、爬青蛙，热身，提腕，压腕，推指，绕腕，立掌折腕

七：1、把上弯腰。含胸，展胸 2、自编舞蹈

八：1、把上基本训练2、走步和敬礼，

九：1、手位和前旁大踢腿

十：1、压腿，半蹲，踮脚，蛙跳走2、游戏：小火车.

十一：1、提腰，松腰. 2小鸟飞.

十二：1、推指，绕腕，吸腿走，碎步2、半蹲，踮脚，蛙跳走

十三：1。前30训练，后30分钟汇报节目

备注：节目单要清楚，每节都要考勤;节目单，考勤表及时交给单位。

地面固定舞蹈把杆固定式舞蹈把杆

壁挂式舞蹈房把杆固定式舞蹈把杆

3米(含支架)390

4米(含支架)430

舞蹈鞋 软底 练功鞋

价格：10元/双

颜色：肉色，粉色，红色，白色，黑色