

最新彝族特色活动方案(优秀8篇)

为确保事情或工作顺利开展，常常要根据具体情况预先制定方案，方案是综合考量事情或问题相关的因素后所制定的书面计划。怎样写方案才更能起到其作用呢？方案应该怎么制定呢？以下是小编为大家收集的方案范文，欢迎大家分享阅读。

彝族特色活动方案篇一

为了更好的配合学校搞好素质教育,进一步展示我校的艺术风采和文化底蕴,丰富学生的校外文化生活,激发学生学习音乐的兴趣,培养学生的音乐审美能力、艺术修养及表现能力,弘扬学生个性发展。

本学期舞蹈兴趣小组的成员来自一年级。由于学生较小,无基础且也无舞台经验因此,我们将从多方面启发、开导,培养学生在形体、气质上的自我审美能力,并使学生自身体现出一种对舞蹈的热爱,从而愉快地进行训练和舞蹈。

丰富学生的课余文化生活,提高学生的音乐感受力和表现力,使学生掌握一定的舞蹈技巧,开阔学生的视野,促进学生素质不断提高。

- 1、教育学生严格遵守训练纪律,保证每次训练时间。
- 2、热身运动;在训练的几分钟左右的时间里,让学生做一些轻松、简单的热身运动,主要目的是创造一个融洽的学校氛围,使孩子们的身体和情绪适应课堂训练的准备,避免用力过度。
- 4、能够随着音乐做动作,节奏准确,充分表现音乐的特点,培养学生的即兴创编能力和学生的创造能力。
- 5、排练几个舞蹈,通过这些组合来锻炼学生,同时为演出比赛

做准备

6、学习一部分少数民族的舞蹈,让学生感受各个少数民族舞蹈的特点,能够表演简单的舞蹈。

1、培养孩子的优美体态和对艺术的审美能力。

2、训练扎实的基本功如:腰、腿、胯的软度及开度

3、培养孩子听音乐时能找到节拍,动作节拍准确,跳舞有自娱感。

4、培养孩子载歌载舞的习惯和舞蹈时愉快的心态。

5、培养孩子的表现欲望和基本的舞台感觉。

第2周:召集、了解学员,提出注意事项,布置活动内容,严格活动纪律。基本功训练。认识基本站姿,身体方位,手位。

第3~4周:基本功训练:压腿、踢腿、下腰、律动《套马杆》

第5~6周:基本功训练,少儿舞蹈基本动作教学。

第7~8周:基本功训练,地面基本动作教学。

第9周:基本功训练,配音乐整合动作。

第10周:基本功训练,学跳健身操

第12周:学跳健身操,继续学习舞蹈基本动作,学习舞蹈简单队形。

第13周:配音乐整合动作,跟音乐做动作。

第14周:了解新疆舞,学习基本动作。

第15周:学习新疆舞蹈动作。

第16周:继续学习新疆舞蹈动作。

第17周:复习

每周三的下午3:30~4:30

舞蹈社团的活动计划4

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，本学期我校一如既往的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，重点排练舞蹈《女兵》。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。 活动措施：

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《女兵》）。

具体安排如下： 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

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

每节课都会教授《女兵》的动作进行学习，在学期末保证舞蹈成型。

每周三下午第四节课

活动地点：校舞蹈房

指导老师： 康渝 学生名单： （附后）

彝族特色活动方案篇二

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，促进学生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，学习基本的舞步。

2、养成良好的训练习惯，练好舞蹈基本功。

3、对个别素质好的队员在技巧方面可加深一些，至少排练出一个舞蹈节目。

1、加强舞步的学习，使学生建立正确的动作技术，养成良好的习惯。

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，学生参与编排舞蹈节目。

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，改变了学生被动的心态，激发他们的自信心和成功欲。

1、教学方法：讲解法、示范法、分解法、完整法、对比法、预防预纠正错误法、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：每周五下午第八节课。

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。

活动内容：

1、每次训练前进行身体拉伸，舒展四肢，增强学生的柔韧性和肢体协调性。

2、初级训练，指导学习学习新的舞步和舞蹈技巧，串联教学。融合不同学生的舞蹈风格和已有的舞蹈功底，推成出新。

3、舞蹈编排，结合一定的舞蹈视频，配合学生的舞步创新，在本学期要编排出一支完整的、可以表演的舞蹈并在期末进行汇报展示。

彝族特色活动方案篇三

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，本学期我校一如既往的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，重点排练舞蹈《女兵》。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。活动措施：

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《女兵》）。

具体安排如下：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

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

每节课都会教授《女兵》的动作进行学习，在学期末保证舞蹈成型。

每周三下午第四节课

活动地点：校舞蹈房

指导老师：康渝学生名单：（附后）

彝族特色活动方案篇四

为响应社团文化艺术要求，融合学校多年艺术文化，加深同学对舞蹈的认识。同时让同学们有机会认识各种舞蹈，拓宽艺术视野，增长对舞蹈的认识。因此，决定举办主题为“舞动魅影”的舞蹈大赛。

舞动魅影

共青团肇庆学院委员会学生社团部

xx学院舞蹈协会肇庆学院交谊舞协会

1. 舞种不限，可为民族舞、现代舞、街舞、交谊舞，可以个人或自由组合报名参加。
2. 参赛作品内容以反映丰富多彩的校园文化生活和当代大学生朝气蓬勃的精神风貌为主题。
3. 每个节目表演时间不超过7分钟，自备音乐、服装和道具等，费用自理，比赛音乐统一用mp3格式。

将于5月10日下午2：30在学生活动中心一楼大礼堂举行本次大赛初赛，届时将秉着公平公开原则邀请现代舞和民族舞的专业老师对参赛选手进行专业点评，选出晋级决赛的选手。

将于5月15日晚上7：30在学生活动中心一楼大礼堂进行本次大赛的决赛，在初赛中脱颖而出的选手将在决赛中一决高下，我们将对最后胜出的选手进行颁奖（视参赛人数而定）并授予证书，以资鼓励。

省略

彝族特色活动方案篇五

为响应社团文化艺术要求，融合学校多年艺术文化，加深同学对舞蹈的认识。同时让同学们有机会认识各种舞蹈，拓宽艺术视野，增长对舞蹈的认识。因此，决定举办主题为“舞动魅影”的舞蹈大赛。

舞动魅影

共青团肇庆学院委员会学生社团部

xx学院舞蹈协会肇庆学院交谊舞协会

1. 舞种不限，可为民族舞、现代舞、街舞、交谊舞，可以个人或自由组合报名参加。
2. 参赛作品内容以反映丰富多彩的校园文化生活和当代大学生朝气蓬勃的精神风貌为主题。
3. 每个节目表演时间不超过7分钟，自备音乐、服装和道具等，费用自理，比赛音乐统一用mp3格式。

将于5月10日下午2：30在学生活动中心一楼大礼堂举行本次大赛初赛，届时将秉着公平公开原则邀请现代舞和民族舞的专业老师对参赛选手进行专业点评，选出晋级决赛的选手。

将于5月15日晚上7：30在学生活动中心一楼大礼堂进行本次大赛的决赛，在初赛中脱颖而出的选手将在决赛中一决高下，我们将对最后胜出的选手进行颁奖（视参赛人数而定）并授予证书，以资鼓励。

略

彝族特色活动方案篇六

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，本学期我校一如既往的开展了舞蹈社团活动。通过训练，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，重点排练各班的成品舞蹈。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。

一、主题：展青春风采，建和谐校园

二、活动时间□20xx年下学期

三、参加人员：舞蹈社团全体学生

四、组织机构：

1、组委会

组长：李守京

副组长：沈传忠、刘斌

成员：相军、董纪年、杨秋民、杨国栋、肖复兴、刘玉龙、

王媛、吴桂杰、胡丽敏、刘晓曼以及全体班主任

2、宣传组：王媛、吴桂杰、胡丽敏、刘晓曼

五、活动措施：

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。

六、培训内容及课次安排：

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。

七、活动具体安排：

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

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

本学期每节课基本功训练结束之后都会进行成品舞的训练,重

点教授动作以及表情、身体的协调性等,元旦活动之前必须保证舞蹈成品呈现出来。

八、比赛时间:20xx年12月中旬

比赛地点:学校小广场

参赛人员:初一初二舞蹈社团全体成员

九、比赛规则:

- (1) 进退场队伍整齐,队列有序。
- (2) 舞蹈动作优美,整齐划一,精神饱满。
- (3) 队形变化有新意,寓于轻松、快乐之中。
- (4) 音乐效果好,曲调活泼,韵律感强。
- (5) 服装统一,美观协调,整洁大方。
- (6) 上场队员10人以上。

十、奖项设置:

一等奖:三名;二等奖:五名;三等奖:六名

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

彝族特色活动方案篇七

为全面推进素质教育，为丰富学生的课余生活，体现我校“美人之美，和而不同”的育人特色，培养学生的审美情趣，成立了我校成立舞蹈社团，在这一个学期的活动中，学员们接受了全方位的芭蕾基础训练。成为了铜川美的小使者。

我舞蹈社团的小学员们来自我校1、2、3、年级具有学习舞蹈潜质的学生。在舞蹈老师的带领下每周坚持一次训练，刚成立时，在许多学员一点舞蹈基础也没有的情况下，老师便手把手的带教，一遍遍地示范，一遍遍地辅导，不厌其烦。学员也是刻苦训练，从不叫苦叫累。在师生的共同努力下，我们的学员们已训练有素。

在第一阶段的启蒙训练中，我先对学员进行“地面”训练，从脚背勾踮作起步训练，训练学生脚背踮直的感觉，虽然有些枯燥但小学员们非常投入，非常努力，在接下去的腰的训练中学员更是努力，并且能互相帮助练习，常常练得满头大汗，我看着她们湿漉漉头发粘在小脸上，真是可亲、可爱。

看着学员们迅速成长我打心眼里高兴，在第二阶段中我便增加了训练的难度和强度，除了加强“压胯”和“劈叉”训练的同时，再对学员进行“扶把”训练，进行“蹲”的训练加强腿的训练，主要是训练前腿、旁腿和后腿的控制能力和腿的开度。为第三阶段的舞蹈编排打下基础。

有前两阶段的基础，在进入第三阶段进行舞蹈《飞吧！小白鸽》的编排过程中，很顺利，学员们表现非常出色，我们的《飞

吧!小白鸽》在师生的共同努力下成型了。

我们代表全市来到了少年城参加了区艺术节“舞蹈专场的比赛，荣获了三等奖。

我们的舞蹈社团将继续办下去

彝族特色活动方案篇八

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。

低年级段舞蹈社团招收的都是一到三年纪的学生，这个年级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。

针对这个年龄层次的儿童的心理和生理特点，专门来编排和教授这门课程，希望可以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、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、通过训练使学生身体各部位有一定的灵活与协调能力。

2、跳舞时与音乐协调一致。

3、对事物的动态和舞蹈动作有模仿兴趣，乐于参与自娱性的儿童集体活动。

4、初步理解舞蹈表情，知道舞蹈与音乐的姐妹关系。

5、在舞蹈中与他人合作。

6、欣赏舞蹈，能有体态反应，掌握舞蹈风格。

(一) 基础训练

(1)、压腿

这是舞蹈基础训练中最为基本的训练内容，分别为压前、旁、后腿。压腿的练习有助于打开学生腿部关节的韧带。

(2)、压肩

这是打开肩部韧带的练习。压肩时，双手臂伸直放在把杆上。

(3)、把杆训练组合

这些组合，适宜于少年儿童的身体素质和接受能力，随着学生各方面的不断进步，在此难度上换花样，达到舞蹈训练的要求。

(4)、劈腿跳

是为学习中间大跳做好准备的手扶把杆的跳跃组合。在做这一

动作跳起来时要注意双脚同时一前一后打开. 打开过程中, 绷直脚背, 伸直膝盖, 跳跃越高, 腿叉越开越好. 着地时, 双脚快速收拢, 两脚并起来着地.

(5)、下腰

年龄偏小的学生腰的柔韧性不错, 但是手脚都没有力量, 支撑不住身体, 常常是用头顶住地面下腰。双脚并拢蹲下来, 双手抱住双膝, 头埋下来。教师顺着脊柱给学生做按摩, 保护她们的脊柱不受到伤害。

(6)、劈腿

有利于拉伸学生腿部韧带。在训练时, 注意脚背不能松弛。我们可以按照这样的顺序训练:

(二)成品舞蹈的排练《麦田童话》

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: 影像教学、个别指导、分组教学等。

第一周: 制定计划

第二周: 基础训练(压腿、压肩、把杆训练)

第三周: 基础训练(劈腿跳、下腰、劈腿)

第四周: 欣赏舞蹈

第五周: 舞蹈排练《麦田童话》

第六周: 舞蹈排练《麦田童话》

第七周：舞蹈排练《麦田童话》

第八周：舞蹈排练《麦田童话》

第九周：舞蹈排练《麦田童话》

第十周：舞蹈排练《麦田童话》

第十一周：舞蹈排练《麦田童话》

第十二周：舞蹈排练《麦田童话》

第十三周：舞蹈排练《麦田童话》

第十四周：舞蹈排练《麦田童话》

第十五周：舞蹈展示