

舞蹈教学总结及工作计划表(优秀10篇)

当我们有一个明确的目标时，我们可以更好地了解自己想要达到的结果，并为之制定相应的计划。什么样的计划才是有效的呢？那么下面我就给大家讲一讲计划书怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

舞蹈教学总结及工作计划表篇一

培养幼儿喜欢跳舞和做音乐游戏。

能按音乐节拍做动作，培养节奏感。

认识自己身体的各个部位，学习正确的坐立基本姿势。

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《小青蛙》：

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—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《小青蛙》。

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，左侧一向前一右侧一向前

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

第十周：

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、小碎步）

第十一周：

2、学习基本功三角架：讲解动作要求，并找幼儿做示范

第十二周：

1、复习上周的学习内容。（三角架、舞蹈组合）

2、学习基本功压脚背：讲解动作要求，并找幼儿做示范

第十三周：

1、复习上周学习内容。（三角架、压脚背、舞蹈组合）

2、练习蹦跳步，正步准备。动作时双腿屈膝，经双脚蹬地跳起，在空中双腿直膝，然后双脚掌落地，同时双腿屈膝。蹦跳步可双脚起跳，双脚落地，也可单脚起跳落地。

第十四周：

1、复习上周的学习内容。（蹦跳步、三角架、压脚背、舞蹈组合）

第十五周：

1、复习上周学习内容。

第十六周——第十九周：

1、复习本学期学习的基本动作，及教学常规

2、复习本学期学习的舞蹈和小律动。

3、复习基本功三角架、压脚背、蹦跳步，强调动作要求

第二十周：汇报演出

1、第一阶段教学内容：

(1) 舞蹈的概述

(2) 舞蹈的起源和发展

(3) 舞蹈的构成要素

(4) 舞蹈常用术语

(5) 人体结构各部位的名称

(6) 芭蕾舞基本手型、手位、脚位介绍，以及组合练习

(7) 扶把的方法和要求

(8) 扶把的基本动作

2、第二阶段教学内容20xx-20xx学年度第一学期舞蹈课程教学计划

- (1) 介绍擦地的动作要领，以及擦地组合练习
- (2) 介绍蹲的动作要领，以及蹲的组合练习
- (3) 介绍小踢腿的动作要领，以及小踢腿组合练习
- (4) 介绍大踢腿的动作要领，以及大踢腿组合练习
- (5) 舞姿训练组合

3、第三阶段教学内容

- (1) 身体各部位基本动作：头颈、肩部、手腕、胸腰、旁腰、跨、前腰、腿、膝、脚
- (2) 身体各部位基本动作组合练习
- (3) 把上软开训练（含双人练习）：压肩、压胸腰、压腿、踢腿
- (4) 毯功技巧：前滚翻、后滚翻

4、期末考评

舞蹈教学总结及工作计划表篇二

在整个教材的`设置上，充分考虑到校学生的生理特性并结合他们的心理特点，把知识性、训练性、娱乐性及表演的适用性有机的结合在一起。在训练上强调了学生训练舞蹈的科学性、系统性及多样性，使之促进学生在德、智、体、美诸方面得到了协调发展。本学期主要是针对一年级学生所能掌握的舞蹈基本能力和基本动作。主要练习校园集体舞的训练，力求充分挖掘学生的天性，使学生的舞蹈动作能够达到高一层次的协调流畅。从而启发学生用肢体去表达情绪、抒发感

情。增进学生的合作意识。

一年级学生年龄较小，注意力集中的时间不长，动作发展也不十分协调。所以本学期教学的主要目的是激发幼儿学习舞蹈的兴趣，同时让学生能在众人面前大胆的表演，提高幼儿的自信心。在此基础上让学生学习正确的站立、压脚背跪坐、盘腿坐、伸腿坐等基本姿势。认识自己身体的各个部分，学习校园集体舞《找朋友》训练学生动作的协调性，节奏感及乐感。

二年级的学生有了一年的舞蹈学习基础，所以这学期的舞蹈学习会增加难度，校园集体舞是面向全体学生的一种群体舞蹈，它是通过一些基本的舞蹈动作、跑跳组合以及通过队形的变化，在音乐的伴奏下进行的一种韵律活动。学习校园集体舞《阳光校园》，训练学生的舞蹈感觉和乐感。

- 1、认识自己身体的各个部位，学习正确的坐立基本姿势。
- 2、培养学生喜欢跳舞和做音乐游戏。
- 3、能按音乐节拍做动作，培养节奏感。
- 4、学会几种简单的基本舞步，及多个小律动、组合、能在众人面前自由地、愉快地表演。
- 5、培养学生模仿动作能够独立跳舞。
- 6、掌握队形的变化，体会学舞蹈的乐趣。

教学重点：1. 掌握《校园集体舞》的风格特点；

2. 通过集体舞的学习，加深对所学知识的理解和基本技术；

3. 舞蹈步伐和音乐韵律感的掌握；

4. 根据不同年龄阶段的集体舞学习实践过程培养身体的协调性及团队精神，还要结合教学教法作业，进行专题研究、讨论。

教学难点：1. 校园集体舞的舞蹈动作要注重手、脚、头的协调；

2. 要注意舞伴的舞步流动、身体配合。

通过一个学期的学习，大部分学生对舞蹈这门课程有了很大兴趣，通过学习校园舞蹈，我认为在以后的课堂上应多让孩子们分组学习，这样能增强学生的集体荣誉感和责任心，也能够更好的控制课堂纪律和课堂气氛，在起初舞蹈的动作外，穿插一些游戏舞蹈，在游戏中学习舞蹈，在舞蹈中快乐学习。

舞蹈教学总结及工作计划表篇三

中大班年龄差距较大而且大班幼儿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。而中班幼儿只是刚刚起步，有些插班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。由于大班人数较少，因此我们准备把下学期的舞蹈兴趣班的教学重点放在对中班幼儿的训练上。中班幼儿由于年龄较小，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。这便需要我们老师策划出新颖适合的教学内容，形成自己独特的教学风格和耐心的教学态度，使幼儿产生亲切感，提高对舞蹈学习的能力。而大班幼儿的教学也不容忽视，在教学中我们开展分层次和大带小等等多种的教学活动形式，使每名幼儿在舞蹈兴趣班的学习中都能得到发展。

1、通过教师指导，培养幼儿舞蹈兴趣，发展舞蹈潜能，促进儿童身心健全发展。

2、训练幼儿协调, 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, 培养幼儿对音乐的感受力和节奏感。

4、在训练过程中锻炼幼儿的思想注意力, 反映能力和动作协调能力。

5、培养幼儿具备透过舞蹈, 提高幼儿对舞蹈艺术的审美能力、表达思想、情意的创作能力。

第一周: 熟悉幼儿

芭蕾手位 (配乐: 秘密的庭院)

第二周: 复习: 芭蕾手位 (配乐: 秘密的庭院)

新授: 走步和敬礼 (配乐: 中国舞等级考试教材伴奏)

第三周: 复习: 走步和敬礼 (配乐: 中国舞等级考试教材伴奏)

新授: 鸭走步 (配乐: 来了一群小鸭子)

第四周: 复习: 鸭走步 (配乐: 来了一群小鸭子)

新授: 音乐反应 (一) (配乐: 中国舞等级考试教材伴奏)

第五周: 复习: 音乐反应 (一) (配乐: 中国舞等级考试教材伴奏)

新授: 音乐反应 (二) (配乐: 中国舞等级考试教材伴奏)

第六周: 复习: 音乐反应 (一、二)

（配乐：中国舞等级考试教材伴奏）

新授：手位（一）（配乐：中国舞等级考试教材伴奏）

第七周：复习：手位（一）（配乐：中国舞等级考试教材伴奏）

新授：手位（二）（配乐：中国舞等级考试教材伴奏）

第八周：复习：手位（一、二）（配乐：中国舞等级考试教材伴奏）

新授：推指绕腕（配乐：中国舞等级考试教材伴奏）

第九周：复习：推指绕腕（配乐：中国舞等级考试教材伴奏）

新授：综合训练（歌曲：小毛驴）

第十周：复习：综合训练（歌曲：小毛驴）

新授：鸡走步（配乐：中国舞等级考试教材伴奏）

第十一周：复习：鸡走步（配乐：中国舞等级考试教材伴奏）

新授：综合训练（歌曲：小天使）

第十二周：复习：综合训练（歌曲：小天使）

新授：提腰、松腰（歌曲：泥娃娃）

第十三周：复习：提腰、松腰（歌曲：泥娃娃）

新授：民族舞蹈（一）（手绢花：喜洋洋）

第十四周：复习：民族舞蹈（一）（手绢花：喜洋洋）

新授：民族舞蹈（二）（手绢花：喜洋洋）

第十五周：复习：民族舞蹈（二）（手绢花：喜洋洋）

新授：民族舞蹈（三）（手绢花：喜洋洋）

第十六周：复习：民族舞蹈（一、二、三）（手绢花：喜洋洋）

第十七、十八周：复习本学期学习的基本动作，及教学常规。

舞蹈教学总结及工作计划表篇四

本学期计划完成一定的教学内容，使学生达到一定的舞蹈表演水平

学年教学内容安排：舞蹈组合及成品舞教学

头、上肢、躯干、下肢。。。。各关节柔韧性的练习，并配上轻快活泼的舞蹈动作，中间可以加入芭蕾手位组合1~8位，练习站、立、重心练习。

时间安排：在10分钟。

（1）、把上髋关节软开度训练：

a□压腿+滑叉（前、旁）

b□扳腿训练（前、旁）

c□踢腿（前、旁、后）

（2）、肩腰部软开度训练（拉肩、掰肩、耗腰、下腰、）

时间安排：30分钟

在不同音乐节奏中，使学生用呼吸带动脊椎学习古典舞中身体的韵律训练（提、沉、冲、靠、含、仰、移）学会身手相随、头眼相跟。松弛、自然、协调的进行舞姿柔美的训练。

时间安排：30分钟

（1）、民族舞的基本律动组合。

（2）、成品舞蹈学习

在按时完成固定的教学内容的前提下，组织学生开展丰富多彩的展示活动，让学生在舞台中展示自己，更好的提高孩子的自信心和舞蹈表现力！

舞蹈教学总结及工作计划表篇五

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。

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。

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

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

舞蹈教学总结及工作计划表篇六

新学期新的开始，本学期由我和赵晶担任中班舞蹈课的'教学

工作，通过一节课的基础测试，我们对中班幼儿的基本情况有了大致的了解。下面我根据幼儿的年龄特点制定了本学期的舞蹈教学计划。

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。

九月——

第三周：

1、基础训练内容：列队、坐姿、站姿、

2、舞蹈组合内容：《波浪》

训练目的：训练手臂各个关节的灵活性。

要领及注意点：1.做”小波浪”时，要求手经抓握状，指尖摸手心再手掌展开，手指上翘，双手与腿部的距离拉开。

2.做”大波浪”时，眼要随手。

第四周：

1. 基础训练内容：1、正压腿

2、侧压腿

2. 舞蹈组合内容：《吸跳步和敬礼》

训练目的：学会吸跳步, 训练上下身协调

要领及注意点:1. ”吸跳步”要求做到”吸腿”准确, 挺胸, 拔背, 上下肢协调配合.

2. 辆次行礼动作要注意姿态准确.

3. 培养幼儿对老师和小朋友们讲礼貌的习惯.

十月一一

第一周:

基础训练内容：1、勾绷脚的基本练习、正压腿、侧压腿

2、开胯练习

3. 舞蹈组合内容：《勾绷脚》

训练目的：训练手脚的协调, 踝关节的灵活.

第二周:

1、基础训练内容：1、勾绷脚的基本练习、正压腿、侧压腿

2、开胯练习

2、舞蹈组合内容：《吸伸腿》

训练目的：训练前腿部的灵活

要领及注意点：1. 前吸腿时脚尖点地.

2. 抬腿和伸腿要腿直. 绷脚.

第三周：

1、基础训练内容：压腿、勾绷脚练习

2、舞蹈组合内容：《后吸腿》

训练目的：训练后吸腿膝关节的灵活

第四周：

1、基础训练内容：压腿、勾绷脚练习、拉肩练习

2、舞蹈组合内容：《手位》

训练目的：训练几个手位

要领及注意点：1. 做手位时，一定要经过提压腕.

2. 注意手动眼随

十一月——

第一周：

1、基础训练内容：跪下腰

2、舞蹈组合内容：《松肩》

训练目的：训练肩关节的灵活

要领及注意点:1. 松肩的动作重拍向下.

2. 踮脚时脚腕内侧要靠拢.

第二周:

1、基础训练内容: 跪下腰

2、舞蹈组合内容: 《半蹲》

训练目的 : 膝控制蹲的方法

第三周:

1、基础训练内容: 踮脚 走

2、舞蹈组合内容: 踮脚走《小孔雀》

第四周:

1、基础训练内容: 大八字位, 小八字位

2、舞蹈组合内容: 鸭走步

十二月——

第一周:

1、基础训练内容: 跪地踢后腿

2、舞蹈组合内容: 蹦跳步

第二周: 1、基础训练内容: 跪地踢后腿

2、舞蹈组合内容: 踏点步

第三周：

1、基础训练内容：1、勾绷脚的基本练习、正压腿、侧压腿

2、开胯练习

2、舞蹈组合内容： 复习已学舞蹈组合

舞蹈教学总结及工作计划表篇七

启蒙舞蹈班授课内容针对才接触舞蹈幼儿不能长时间集中注意力、好奇心强、缺乏身体协调性的'特征，以激发孩子对舞蹈及音乐的兴趣，培养孩子的身体协调性及乐感，增强孩子的自信心为教学目的。在内容设定上，保持儿童的天真、活泼的天性，为进一步的舞蹈教学打好基础。

1、培养幼儿喜欢舞蹈和做音乐游戏

3、学会正确的站姿和双跪坐、交叉盘坐、伸腿坐等几种基本姿态

4、能按照音乐节拍做动作，培养节奏感

5、学会几个简单的舞蹈，能在众人面前自如地表演，培养自信心

1、活动部分

第一部分：排队带着孩子们绕教室四周活动，放欢快的音乐，通过快慢不同的走步，拉手绕圈小跑，变换不同的造型、步伐，吸引孩子们的注意力，导入上课的气氛。

第二部分：师生共同热身，将孩子插空排成两排，老师面对孩子，带领他们做动作，活动头、颈、肩、腰、臂、膝等部

位。

2、软开度初步训练

简单的压前、旁腿，弯腰等。

3、舞蹈组合

a□认识身体的基本部位，唱、跳结合。首先认识双手和双脚的左与右，练习手脚的协调配合和反应能力□b□碎步练习、蹦蹦跳跳步练习。根据孩子的步伐选择相应的歌曲进行游戏和律动，培养孩子的平衡感和节奏感□c□基本舞蹈坐姿的培养，在舞蹈中加入双跪坐、交叉盘坐等坐姿，提醒孩子要挺胸拔背；伸腿坐时指导孩子们注意绷脚、双腿加紧，通过示范和纠正动作，培养孩子的听从指令、自省意识□d□模仿及观察能力练习。让孩子模仿平时见到的小动物，跟着音乐进行练习，培养孩子的想象力□e□让孩子学习按照音乐节奏一拍做一次动作，训练孩子的节奏感。

1、压腿、劈叉（正压、侧压）

2、柔手组合

1、手位

2、扩指

3、转手腕

4、摆臂

5、波浪

6、弯腰、转腰

- 7、提腰、松腰
- 8、含胸、展胸
- 9、松肩
- 10、勾绷脚
- 11、吸伸腿
- 12 学习中国舞二级考级教材
- 13 学习一个成品舞

舞蹈教学总结及工作计划表篇八

培养幼儿喜欢跳舞和做音乐游戏。能按音乐节拍做动作，培养节奏感。认识自己身体的各个部位，学习正确的坐立基本姿势。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。

- 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

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

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

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。

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

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。

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《小青蛙》:

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-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

1、复习所学的基本内容。

2、复习小舞蹈《小青蛙》。

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。

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

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、小碎步)

1、学习基本功三角架：讲解动作要求，并找幼儿做示范

1、复习上周的学习内容。（三角架、舞蹈组合）

2、学习基本功压脚背：讲解动作要求，并找幼儿做示范

1、复习上周学习内容。(三角架、压脚背、舞蹈组合)

2、练习蹦跳步，正步准备。动作时双腿屈膝，经双脚蹬地跳起，在空中双腿直膝，然后双脚掌落地，同时双腿屈膝。蹦跳步可双脚起跳，双脚落地，也可单脚起跳落地。

1、复习上周的学习内容。(蹦跳步、三角架、压脚背、舞蹈组合)

1、复习上周学习内容。

1、复习本学期学习的基本动作，及教学常规

2、复习本学期学习的舞蹈和小律动。

3、复习基本功三角架、压脚背、蹦跳步，强调动作要求

舞蹈教学总结及工作计划表篇九

为了有利于舞蹈专业的'健全和发展，提高教学质量和加强师资队伍的建设，舞蹈教研室严格按照学校相关教研室工作条例，结合其他教研室的建制经验和帮助，制订了本学期的工作计划和安排，具体如下：

舞蹈教研室的主要任务是搞好学院和系部下发的各项教学教研任务,培养出一个优秀的教研团队。为了不断提高自身素质,努力提高科学文化水平,积极参与学校教学改革,促进学院快速发展,大力推动现代化人才的培养,并积极支持学院的各项工作。教研室进一步完善专业建设材料及教师相关教学工作的提高。

教研室是学院的教学工作中的一个小团体，是对学院人才培养服务的重要组成的一个小单元，要加强教研室教师队伍建设的力度，对本教研室各教师进行职业素质和业务技能等综

合技能的培训，同时结合人事招聘和引进，建设一支专业教学骨干、和谐相处的教师队伍。教研室成员必须严格考勤，认真执行学院统一的政治与业务学习计划；还要组织互相学习教育理论、岗位职责和年度考核细则，以次来提高教师的教育、教学素养。提高对舞蹈专业任课教师的专业技能和教学水平的培养要求，促使本教研室所有教师加大力度研究教学内容和教学方法，提高自身的业务水平，成为名符其实的专业教师。积极开展示范课程教与评活动，组织本教研室的教师进行公开示范课的教学能力评比。

坚持以专业建设为目标，深化教学改革，大力推动现代化人才的培养，把舞蹈专业建设成为最实用的专业。采用一些有建设意义的新教学模式和方法来提高教学质量，并总结经验。教研室积极配合并推动艺术实践活动的开展，提高教师的编排水平和锻炼学生的专业能力，为今后参加各项比赛或展演作好准备。

加强教学常规管理，做好教学工作的检查，完成院系下达的任务和工作。全面推进教研教改工作，提高教学质量。做到教师课前教学秩序的准备与检查，教学效果的抽查与通报，重点是研讨教学中所面临的具体问题，并制定解决方案；对“新的教学大纲”的研讨和编写工作；组织教研室成员参加教研室的每周二下午教研活动；组织学生评教活动，并针对学生评教的具体问题进行针对性解决；组织教研室所管理的每班学习委员召开工作会议；教研室争取建立一个校外实训基地，以提高学生的实际动手能力和就业渠道的拓宽。

- 1、认真完成学院安排的迎新晚会节目排练工作。
- 2、严格检查上课情况，不定时对教师的教学文档进行检查。
- 3、组织研讨本科课程新的课程教学大纲，并编写完成新学期本科课程教学大纲。

- 4、做好教师间互相听课的记录。
- 5、做好上学期考试不及格学生补缓考工作安排。
- 6、组织教研室会议，传达学院教学工作例会的重要精神。
- 7、组织教研室成员与新生的专业见面会，并记录。
- 8、第四周召集学生开展教学意见反馈座谈会，掌握开学以来老师与学生的教与学的情况。
- 9、做好学院迎新晚会工作。
- 10、教师申报职称评定工作要完成上报。
- 11、准备本科评估相关材料。

舞蹈教学总结及工作计划表篇十

1、音乐教育在实施素质教育中起着相当重要的角色。音乐教学活动培养学生的审美观，提高学生的道德水平，陶冶高尚的情操，有助于促进学生智力的发展，搞好音乐教育是学校教育教学改革的有效措施，是学校实施素质教育的重要手段。我县全面贯彻党和国家的教育方针，促进学生健康活泼的发展，培养“合格+特长”的人才。进一步推动艺术教育稳定健康地向前发展，活跃中小学生的业余文化生活，为广大青少年提供展现自己风采的舞台，促进校园文化建设，有效提升中小学生艺术素养。

2、利用好本功能室培养一些对音乐和舞蹈有兴趣的学生，重视他们对音乐和舞蹈活动中主动参与，让学生在音乐和舞蹈中启发自己想象力创造出民族自身的舞蹈。在艺术教育教学中我们要提高学生艺术的表现能力和艺术的创造能力，并且我们重点培养一些对艺术有天份的学生。使促进了学生的业

余文化生活，营造青少年健康成长的摇篮。

- 1、培养学生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、胯的软开度。
- 3、培养学生的节奏感和乐感，听音乐时能找到节拍，动作节拍准确。
- 4、培养学生载歌载舞的习惯和感受舞蹈所带来的愉悦。
- 5、培养学生的表现欲望和基本的舞台感觉。
- 6、培养学生的合作精神，增强集体荣誉感。
- 7、为学校各种演出任务做好充分的准备。

1. 老师应以提高队员的身体素质和舞蹈技能为主进行舞蹈基本功的训练。在训练过程中，老师应进行示范、说明和纠正学员动作。

2. 老师应按舞蹈辅导班的自身特点和需求制定授课和训练计划、内容，保证训练安全。

3. 老师根据舞蹈辅导班需要的舞蹈作品进行编导和排练，并提供舞蹈所需的`音乐。

4. 舞蹈基本功训练、民间舞组合训练及成品舞排练。