# 街舞老师半年工作计划模板(12篇)

来源：网络 作者：流年似水 更新时间：2025-02-15

*街舞老师半年工作计划一排两个完整有质量的舞蹈。5.开课期间，每周星期四和星期天为教课时间，从下午7点上到晚上10点。教课内容：hiphop吉庆棠 张智 徐伟 农淘潇 王军，poppin黄佳丽，breaking杨钦 ,jazz张智 徐伟 农淘...*

**街舞老师半年工作计划一**

排两个完整有质量的舞蹈。5.开课期间，每周星期四和星期天为教课时间，从下午7点上到晚上10点。教课内容：hiphop吉庆棠 张智 徐伟 农淘潇 王军，poppin黄佳丽，breaking杨钦 ,jazz张智 徐伟 农淘潇 王军。前三节课主要交一些基础动作接下来一节课就把所交基础动作连成一个成品舞，以此内推。到一定的时间，由新生展示所学的舞蹈，进而增加街舞社学员们的自信心。6.开课期间，同样也会请外面的专业老师和街舞高手来给同学上公开课，接受最专业的知识，让同学们扩宽眼界的同时更一步的了解街舞，锻炼身体。7.社团内部会不定期的举行各个主题的活动，让新生活跃起来以及丰富他们的课余生活，还会让新生上台表演学过的舞蹈或是展示自己的特长，促进新生间的交流以及锻炼新生们的经验。8.街舞社会积极的参与与其他社团的联谊活动，相互交流经验，增进社团间的感情，希望商院的各个社团发展会越来越好。月份，街舞社与木之音社团合作将在全院举办一场关于摇滚与街舞的专场演出。庆祝元素街舞社与木之音6周年生日。10.明年5月份，街舞社将代表学校参加温江一年一度的“温江各高校街舞大赛”，在此期间会挑选人才，编排舞蹈动作与歌曲。

街舞社

篇二：新细胞街舞社团工作计划

新细胞街舞社团20\_下半年工作计划

新学年、新气象，在新学期的开始，社团要继承和发扬上学期团结务实的工作精神，积极热情的工作态度；要总结以前工作中的失误，争取在新的学期中把社团的各项工作做的更好，推动我校的学生团体工作再上一个新台阶。

一、工作态度

本着更好的为同学服务的态度，以饱满的精神和青春的活力迎接新学期的挑战，不断提高社团的工作效率，优化社团的工作形式，丰富社团的工作内容，锻炼社团干部与干事的工作能力，完善社团的工作制度，更好地发挥社团干部的作用，协助各社团、学生会谱写出辉煌的工作乐章。

二、工作宗旨

社团会以“和谐、热情、认真”为工作理念，积极引导、服务，组织学生广泛开展丰富多彩、健康向上的学术、文化、体育、实践及公益活动。

三、工作主题

在社团联合会的领导下，围绕全校工作的具体安排，以社团发展为核心，以满足广大会员爱好为目标，以保证广大会员权益为目的，以开展社团会员为手段，以社团稳定发展为基础，组织丰富多彩的社团活动，满足学生的精神文化需求，服务校园文明建设；加强社团的监管力度，对校级大型社团活动给予大力支持；进步完善社团管理制

度，为成员的合法权益，做出最大努力。

四、工作计划 1.招收干事：在开学初期时，招收有管理经验和各种特色的的社团干事，让社团的规章制度更加的完善。分配给每个干部相应的任务，做好负责人之间的相关通讯录。2.开学初期的社团展示：应周老师的指示，各社团在开学初期将在学院超市门口进行宣传。让大家了解我们的社团文化，有利于我们的招新。3.社团招收新会员：将在开学一周内进行，预计招新人数在200人。届时会进行有计划的宣传和展示。

4.社团管理层转轨工作：选择有想法、有特色的新生进行交接。5.社团活动月：自由舞会的表演。街舞社作为舞蹈的一种，有责任有义务参加一年一度的自由舞会的舞蹈编排和表演。届时我们会认真进行策划和编排。6.各种电子档、纸制档案的收取，整理：社团内部建立专门的档案管理，可以很方便的查找资料。

7.紧密联系各个系院学生团体之间的交流，努力成为学生社团联合部的一大助力。

五、社团内部

1.召开社团会议，对过去一个学期的工作进行总结，并且针对性地安排本学期工作 2.每周按时进行社团常规教学活动（特殊情况除外）对社员进行

街舞培训，并做好通知工作 3.加强舞队成员的训练，积极参加各种比赛以及各种演出 4.开展街舞交流学习，与其他街舞团体学习交流，提高自我水平，发展新时期的街舞社团

5.鼓励社团成员与成员，干部与成员之间的交流，营造好的社团氛围。

五、社团内部的工作分配

根据学社联本学期的工作要求，我部现设立4个小组分配如下：

1、社长：做好平时的日常监督管理；组织、策划各类学生团体活动以及协助各个社团活动的开展

2、副社长：做好档案、资料及日常文件的分类整理工作；更新社团工作人员的联系方式，以保信息畅通。

3、活动、策划组：做好日常工作的同时并协助社长做好社长内部各种活动策划；；完成“自由舞会”的活动策划书；上交学社联进行修正、审批；进行招新的面试。

4、宣传组：做好对各个社团的海报通知；及时更新社团的通讯录。

我们社团是有信心做到让老师、让同学，让所有人看到一个有活力、有生气的社团，我们会尽自己的最大可能让大家展示自己的才能，让大家的大学生活过得开心快乐！

护理学院团总支新细胞街舞社 20\_．6．4篇三：街舞社社团发展规划 top劲区·曳舞协会发展规划 top劲区·曳舞协会目前主要分为墨尔本曳步舞、c-walk、机械舞、印度舞四种舞种，印度舞、c-walk主要以女生为主、而墨尔本曳步舞、机械舞主要以男生为主。

**街舞老师半年工作计划二**

一、教学计划思路

街舞教学计划

对于街舞课程的性质，应该强调它的基础性，实践性和综合性，突出“健康第一”的主题，突出“通过运动项目有选择的学习，培养运动爱好和专长”的教学目标。而街舞作为一项时尚的运动项目，正在被越来越多的人所喜爱，练习街舞能提高学生协调性，节奏感充分发挥学生学习的主动性、创造性，注重培养学生自学能力、合作能力，积极地提高学生的学习兴趣。二．教学指导思想

作为学校教学的新兴项目，既要考虑其表演性、娱乐性、参与性的特点，更重要的是要考虑到街舞的教学要为学生的健康发展服务，为学生终身体育意识的形成奠定基础。内容的学习应关注学生动作协调性和舞感，以及肢体灵活性和控制力的掌握，教学方法和手段的设计应确立学生在体育学习过程中的主体地位，有利于充分激发与调动学生学习的主动性、积极性与创造性。

三、目的要求

本课程坚持“健康第一”的指导思想，发展学生身心健康，培养学生学习兴趣。突出一个“新”字，体现一个“活”字。重视学生的个体差异。面向全体学生，做到人人参与，人人进取，人人健康成长。

四、学情分析

街舞是最时尚、最令孩子们感兴趣的一项运动，并与生活密切相关的一项体育活动。它可以模仿生活中的许多动作。是一项有氧运动的康体舞。尤其是对于小学生来说，多做有氧运动有利于身心健康。通过街舞教学可以发展学生身体的灵敏、协调、柔韧、力量、速度等身体素质。培养学生对音乐的节奏感和韵律感。

本课程重点为：掌握动作技能的自学、自练方法。

难点为：练习手段、方法与内容的有机结合。

五、教法与学法

本课程力求从情感教学入手，在音乐伴奏等背景的衬托下，启发学生思维。把教会学生身体锻炼的方法与培养学生自我锻炼的能力以及学生模仿练习、自主学练等作为归宿点，最终使学生获得一种良好的自我锻炼的能力。为培养学生终身体育意识打好基础。使学生能完全掌握乐感，节奏感。

六、教学过程

（一）启发兴趣、活跃情绪开始部分利用舞曲让学生们一起自由的舞动，听节奏，熟悉音乐，加深师生之间的感情，达到热身效果。然后师生用潇洒、优美的街舞基本动作充分活动身体的各关节，为下面学习街舞做好充分的准备。

（二）感知动作、自主学练因为小学生好奇、好动、模仿能力强，我利用一点时间表演一套街舞，激发学生学习街舞的兴趣。让学生带着这种热情边欣赏、边思考、边模仿，感知街舞动作的节奏、韵律和自然风格。然后跟老师一起学习一段街舞。

（三）团结合作、自主评价同学之间相互学习，自主评价，团结合作。从心里上得到放松。

（四）个性发展、才艺展示

给学生搭建展示能力的平台。在注重学生全面发展的同时也注重了个体差异。

结束部分，我采用拉韧带等一些动作放松身心，不但是康体健身的延续，也是陶冶情操的最佳手段

七、教学总结

在整个学期学习街舞的过程中，让学生们自觉做到注意力集中，兴趣盎然，学劲十足，心理负荷逐渐上升的状态。整个教学过程都以人为本以发展学生身心健康为目的，课堂教学内容多样化，使学生在快乐的氛围中学习、交流、合作。启发兴趣、感知动作、增进健康、开发智能。让学生们的节奏感up、down动作的衔接，还有舞步、动作的衔接、身体控能力、手脚的配合、动作的美感、身体协调性和平衡性动作的快速结合及衔接力度和美感等„

**街舞老师半年工作计划三**

教学反思

体育教学是一个很特殊的教学领域，无论是教学内容、目的、评价都显得于众学科截然不同，而新课程改革下的体育教学不再是一种单纯的知识技能培训，而是注重培养学生的自觉锻炼和终生锻炼的习惯能力，注重学生的全面发展。最终使学生学会锻炼，乐于锻炼，终生受益。

本节课在教学设计教学方法、手段等适应上都算不错。教学对象为小学二年级，本单元的第3次课，街舞是最时尚，最令孩子们感兴趣并与生活密切相关的一项体育活到。街舞教材对于低年级较难，做不出街舞的身体感觉，动作上很难统一，利用泡沫垫改善身体感觉注重脚下基本步伐的练习，使学生能掌握基本动作要领，发展学生灵敏、协调、力量等身体素质，在学习中充分展现自我，陶冶美的情操，提高欣赏美、创造美、表现美的能力。

本课有4个目标：

1、运动参与目标：学生能积极主动、快乐的参与街舞练习。

2、运动技能目标:通过各项活动的学习，可以发展学生身体协调性和灵活性，表现力和创造力。

3、心理健康目标：在学习中充分展现自我，挑战自我，体验成功带来的喜悦。

4、社会适应目标：培养学生创新意识和合作学习能力，陶冶美的情操，提高欣赏美、创造美、表现美的能力。

本节课也有很多不足之处，比如在教学中针对基础不好的学生采取怎么样的方法，有的学生在练习中不敢大胆表现自己，在体育课上，我应该及时表扬他，并要求其他同学多向他学习，同学们也报之以热烈的掌声。老师的表扬，同学的鼓励会给学生带来自信，体育课就会与同学合作的很愉快，体育成绩也能有相应的提高。

**街舞老师半年工作计划四**

岁月匆匆，转眼半个学年过去了，一学期的工作已圆满结束。在这一学期年里，我觉得自己在思想、工作、学习以及个人素质能力等各方面都进步，提高了许多。学期初，承蒙校领导和老师们的信任，作为一位本学期刚来的聘用教师的我在对校情完全陌生和经验不足的情况下去作带教工作深感责任重大，甚有几分惭愧。我回顾本学期来的带教工作应是遗憾与收获并存。带教双赢，使我得到的是更多的收获。下面就从几方面简单谈谈一学年来本人在各方面的表现情况。

一、重视自身建设，努力提高教学水平

学高为师，身正为范，教师职业要成个人永久职业，人必须永远保持学高这一范畴，逆水行舟不进则退，再学习终身教育就成了它的注解。半年来，我始终如一热爱教育事业，关心热爱每一位学生，热心为每一位学生排忧解难，遵纪守法，遵守学校的各项规章制度，在各个方面从严要求自己，努力提高自己的政治思想觉悟。这半年来，我负责现代礼仪这门课的教学工作，我认真备课、上课、听课、评课，及时批改作业、讲评作业，做好课后辅导工作，广泛涉猎各种知识，形成比较完整的知识结构，严格要求学生，尊重学生，发扬教学民主，使学生学有所得，从而不断提高自己的教学水平和思想觉悟，并顺利完成教育教学任务。除此之外，我还负责了学校的舞蹈队选拔工作，仔细而又心细的挑选了一批具有一定舞蹈基本功的学生作为舞蹈队的新成员，为学校的舞蹈队注入了新鲜的血液，带来新的活力。半年以来，我还积极参加各类政治业务学习，努力提高自己的政治水平和业务水平。在日常工作中我服从学校的工作安排，配合领导和老师们做好校内外的各项工作。

二、为教育事业，为培养人才做贡献

在教学工作方面，我主要担任现代礼仪这门课程的教学工作，另外还负责学校舞蹈队的训练工作。虽然工作任务繁重，但是我仍旧经常保持良好的状态，认认真真地上好每一节课，完成好学校领导交给我的各项工作。为了使自己的教学水平提高，我坚持经常翻阅《中国传统文化与舞蹈》，《舞蹈编导学》等书籍，还争取机会多出外听课，了解课改新动态，掌握先进的教育教学理念，努力将所学运用到本职工作中。在教学中我本着乐于奉献教育事业的精神，不计较个人得失，和同事友好相处，小事讲风格，大事讲原则。三人行必有我师，积极向每一位老师学习，努力形成自己的教学风格。在日常工作的每一节课，我都做好充分的准备，决不打无准备的仗，在备课过程中认真分析教材，根据教材的特点及学生的实际情况设计教案，使学生真正喜欢上我所教授的课程。

在我舞蹈队的教研工作中，我坚持以我校两年准备，三年跨越，五年成一流的目标为根本，以更新观念，提高舞蹈教教育教学水平，科研意识为目的，以抓教学质量，提高队员的团队意识为方法，促使舞蹈队在各项工作在原有基础上不断完善，稳步提高，更能够促使舞蹈队每一位成员从思想，理念，有一个新的跨越。

在我校开展的师徒结对中，我荣幸的成为\_老师的徒弟。在日常的工作中x老师经常找时间与我沟通交流，并且针对我的专业和个人的特点为其进行辅导，在不断的听课评课中介绍一些优秀的教学经验让我学习，丰富我的的教学视野。在业余时间，她还向我介绍一些优秀的教学教育案例，与我共同研究，使我找出适合自己的教学模式课中，尽快成长为自主型教师。

这学期我还在团委的组织下负责学校舞蹈队的训练工作。我们的舞蹈队队员都是才挑选的新队员，学生缺乏舞蹈专业上的基础和知识是我们训练中碰到的最大问题，为了在一月初的素质教育活动上取得好成绩，我们大家认真挑选歌曲舞蹈，加班加点的训练，冒着寒风，忍着严寒，我们和孩子们一同努力，为了让孩子们能更好的表现舞蹈，我们采取示范，模拟等多种方法，调动学生的学习积极性和参与意识。终于功夫不负有心人，最终功夫不负有心人，舞蹈《\_x》表现内容丰富，感染力强，取得了良好的成绩。

教育是艺术，艺术的生命在于创新。教育是一项高难度的工作，要做好它，十分不易。但我相信，只要乐岗敬业，定会有所收获。因为我深深地懂得，一名新世纪的人民教师，人类灵魂的工程师，肩负着重大的历史使命和对未来的历史责任感。为了不辱使命，为了无愧自己的良心，我只能在教学这片热土上，做到更加勤恳。用自己的心血去拼，去搏!我的理想是不做教书匠，而要做一个教育家，虽然这不一定能实现，但我相信，在我不断的探索和实践中，我会成功的!

**街舞老师半年工作计划五**

一、按时完成教学内容

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课堂内容安排：

1、活动训练：

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。

2、软开度训练

(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

3、身韵的训练：

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

4、舞蹈组合与剧目：

(1)、民族舞的基本律动组合。

(2)、成品舞蹈学习时间安排40分钟

二、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!

**街舞老师半年工作计划六**

教学目标

1.通过舞蹈表演培训使学生认识、了解舞蹈。

2.使孩子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，使孩子们在舞蹈训练中感受舞蹈的乐趣，提高孩子们的审美能力。

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。

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

月教学计划

三月份：

基本内容:

认识舞蹈、了解舞蹈、站立的姿势、优美的体态

把杆正、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)

四月份：

兴趣培养、分类舞蹈的基本动作和组合

五月份：

完整舞蹈的学习

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

六月份：

舞蹈的展示

巩固舞蹈，进行展示。

活动安排

一培训时间

每周五下午

二培训内容

1.基本内容

2.民族舞部分

3.完整舞蹈小组合的学习。

**街舞老师半年工作计划七**

为培养孩子具有优美的体态，并逐渐形成高雅的气质，为加强少儿自身素质培养和艺术潜力的挖掘，在教学中我们采用“融合式教学”，把教学趣味的、规格的、专业的、融合在一起。初学舞蹈时，孩子们因为年龄尚小，往往学了一会就会到厌烦。针对这一问题，老师以“兴趣式教学”为基础，在形式多样、内容丰富的教学前提下，让孩子们易于吸收，不会感到枯燥乏味，我们引导少儿通过想象，创造用肢体动作将模仿的事物表现出来，如：大海的波浪、风中的杨柳、各种人物、各种动物。舞蹈老师不光是传授知识，训练技艺、强健体魄，同时还培养了她们的思想道德品质，全方位的、完整的培养了孩子们健全、完美的品格。我们的教学理念让孩子们热爱舞蹈，达到心与灵、肢体与神韵的完美结合。

一、课程的性质、教学目的、和教学任务

1、课程的性质、教学目的：

少儿舞蹈课程属于普及性课程。本课程的教学目的：学生通过本课程的学习，提高舞蹈素养，提高综合性艺术素质。

2、教学任务：

学生通过本课程的学习，具有适应舞蹈需要的正确身姿、完整、快乐、优美地表演舞蹈，掌握舞蹈的基本常识，强调学生在艺术氛围的熏陶中健康成长。

二、具体教学目标

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。

三、以舞带功的形式让孩子逐步掌握舞蹈的要领和要求

1.动作基本准确到位，配合协调，身体各部位可以灵活运用。

2.跳舞时能情绪投入准确表演掌握不同舞蹈风格。

3.乐于通过舞蹈表达自己情感。

4.集体配合协调默契队形整齐准确

(1)意识到在生活中注意自己体态语言行为美

(2)观赏舞蹈表演，简单了解欣赏舞蹈的文化背景。

四、教学内容

第一教学单元

ⅰ、教学目的及教学要求：

通过本单元学习，要求初步掌握舞蹈的基本知识，具有正确的身体姿态，掌握幼儿舞蹈的基本舞步。动作有一定的力度和节奏感，舞蹈动作协调。

ⅱ、教学内容：

一、理论课

1、掌握舞蹈的概念、种类，了解舞蹈发展的相关知识。

2、了解舞台平面、空间、方位，懂得常用舞蹈术语，学会识别舞蹈图谱

二、舞蹈的基本训练

1、学习舞蹈基本手位、脚位。手形、脚位、手位、脚形。

2、进行不同节奏的脚位站立、脚腕训练、腰的训练、，走跑跳训练，基本舞步训练，组合训练。

三、教学进度

片段舞训练(总共四课时)

第一课时(第一周)基本动作练习

第二课时(第三周)完成“准备段，第一舞段”

第三课时(第五周)完成“第二舞段，间奏部分”

第四课时(第七周)综合表演，动作提高

片段舞训练(总共四课时)

第一课时(第九周)完成“准备舞段”教学

第二课时(第十一周)完成“第一舞段，第二舞段”教学

第三课时(第十三周)完成“间奏段，第三舞段”教学

第四课时(第十五周)完成“第四舞段，综合表演”教学

第十六周欣赏课成品舞表演汇报

**街舞老师半年工作计划八**

20\_-20\_学年下学期 街舞社团工作计划

一、指导思想：

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，使孩子们接受形体的训练，同事也通过这种特殊的教学模式传播它们高压的艺术精髓，培养孩子们内涵修养。

二、教学重点：

针对不同年龄阶段的学生特点，编排较容易的组合动作，让学生更充分、准确地运用自己的身体，让学生在训练中不断提高身体柔韧性、模仿能力和表现力。

三、教学目标

1.通过训练使学生的身体有一定的灵活和协调能力； 2.提高动作与节奏的一致性； 3.对音乐有更深的理解； 4.掌握不同风格的街舞动作。

四、教学安排

1.动作复习：c-walk、大律动

2.成品舞复习：《ring my bells》、《even if》 3.新动作教学：大律动、脚步动作 4.成品舞综合排练 5.六一演出

**街舞老师半年工作计划九**

街舞现在是得到了中国各个年龄段人的关注。跳街舞不但可以锻炼身体、塑身还可以锻炼人的意志力。因为街舞不同于一般的舞蹈，街舞的一些动作是比较难的，这些动作的练习是要坚持不懈的努力的，没有坚强的意志力是很难学会街舞的。现在很多人都喜欢街舞都想学习，可由于一些个人原因，没有条件整体系统的去学习街舞，于是好多人选择了自学街舞。本文就是讲讲怎样自学街舞，自学街舞要注意什么？

首先，在学习街舞之前我们要先去了解一下街舞的基础知识。比如街舞的种类，不同种类街舞的特点。这些最基本的东西，我们必须了解。只有了解了这些，你才可以找到街舞练习的反向，同时这也是你选择街舞类型的前提条件。

第二，根据个人的情况和爱好选择适合自己的街舞种类。不同的人对街舞种类有不同的选择，另外，不同的街舞对基础的要求不一样。比如breaking就对身体素质、力量要求比较严格，而poping对力量的要求要低一点，但对身体的协调性、音乐的节奏感要求强等。正因为街舞种类的差异，所以男生学breaking较多，女生学习jazz较多。当然还有其他街舞的种类我在这里就不一一阐述了。

第三，先打好街舞的基础。比如我们要练习身体的柔软性、协调性、舞感、力量等街舞基础。如练习自身的力量我们需要每天做俯卧撑、跑步等基础运动；培养舞感我们要多听街舞音乐，多跟着音乐跳舞，锻炼自己的乐感。

第五，坚持练习。学街舞光说不练是没有用的。学舞蹈关键还是坚持练习。每天坚持，不要松懈，不能遇到困难就退缩。

自学街舞要主意的地方

第一，练习街舞时所用的音乐是非常有特点的hip－hop节奏，所以大家在练习前首先要熟悉并适应伴奏音乐的特点。如果一听到音乐，您就可以很准确、自如地踏上步点并与音乐合拍，那您便可以开始学习街舞了。

第二，街舞练习有时是很枯燥的，比如进行腿部柔韧性练习，的确枯燥乏味，尤其是练到一定程度，还会有腿、髋部酸痛的感觉，这是练习者出现的类似长跑运动员一样的\_疲劳期\_，此时最重要的是自己要有坚强的意志，有苦恒之心，不可停歇。因腿功柔韧素质与腿功其它素质比较起来，容易发展，也容易消退。此时应善于自我调整，适当减轻下压力度、幅度，减少压腿时间，或是进行踢腿练习，与压踢结合等。只要坚持下去，酸痛的感觉会逐渐消失的，那时你会为自己取得的成绩而兴奋的。

第三，街舞是一个有危险的舞蹈，有些动作很容易让自己受伤。所以一定要注意安全。建议你训练的时候戴护具，比如护腕、护肘、护膝之类的，这个不是死规矩，可以根据自己的喜好佩带，不过我还是建议你戴上，对你有好处的，万一伤到了，影响情绪和进度。

第四，要注重基础的练习，不能急于求成。遇到困难一定要坚持

breaking锁腰的练习教程

今天要向大家介绍的一个技巧就是\_锁腰\_。锁腰是街舞里运用也比较多的一个技巧。其实，很多动作的完成都需要锁腰，比如倒立、20\_s、1990s等等。把锁腰练习好了，街舞中很多动作的学习都会容易些。所以我们很有必要把锁腰重视起来，要单独去练习。下面我就讲讲怎样练习锁腰这一技巧。

**街舞老师半年工作计划篇十**

为培养孩子具有优美的体态，并逐渐形成高雅的气质，为加强少儿自身素质培养和艺术潜力的挖掘，在教学中我们采用“融合式教学”，把教学趣味的、规格的、专业的、融合在一起。初学舞蹈时，孩子们因为年龄尚小，往往学了一会就会到厌烦。针对这一问题，老师以“兴趣式教学”为基础，在形式多样、内容丰富的教学前提下，让孩子们易于吸收，不会感到枯燥乏味，我们引导少儿通过想象，创造用肢体动作将模仿的事物表现出来，如：大海的波浪、风中的杨柳、各种人物、各种动物。舞蹈老师不光是传授知识，训练技艺、强健体魄，同时还培养了她们的思想道德品质，全方位的、完整的培养了孩子们健全、完美的品格。家长们一起为少儿的未来着想，鼓励她们有自己的思考方法，独立见解、个性特点、充分发挥其主动性、积极性。我们的教学理念是变被动的练功转化为主动的练舞，让孩子们热爱舞蹈，达到心与灵、肢体与神韵的完美结合。

一、课程的性质、教学目的、和教学任务

1、课程的性质、教学目的：

少儿舞蹈课程属于普及性课程。本课程的教学目的：学生通过本课程的学习，提高舞蹈素养，提高综合性艺术素质。

2、教学任务：

学生通过本课程的学习，具有适应舞蹈需要的正确身姿、完整、快乐、优美地表演舞蹈，掌握舞蹈的基本常识，强调学生在艺术氛围的熏陶中健康成长。

二、具体教学目标

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。

三、以舞带功的形式让孩子逐步掌握舞蹈的要领和要求

1.动作基本准确到位，配合协调，身体各部位可以灵活运用。

2.跳舞时能情绪投入准确表演掌握不同舞蹈风格。

3.乐于通过舞蹈表达自己情感。

4.集体配合协调默契队形整齐准确

(1)意识到在生活中注意自己体态语言行为美

(2)观赏舞蹈表演，简单了解欣赏舞蹈的文化背景。

四、教学内容

第一教学单元

ⅰ、教学目的及教学要求：

通过本单元学习，要求初步掌握舞蹈的基本知识，具有正确的身体姿态，掌握幼儿舞蹈的基本舞步。动作有一定的力度和节奏感，舞蹈动作协调。

ⅱ、教学内容：

一、理论课

1、掌握舞蹈的概念、种类，了解舞蹈发展的相关知识。

2、了解舞台平面、空间、方位，懂得常用舞蹈术语，学会识别舞蹈图谱

二、舞蹈的基本训练

1、学习舞蹈基本手位、脚位。手形、脚位、手位、脚形。

2、进行不同节奏的脚位站立、脚腕训练、腰的训练、，走跑跳训练，基本舞步训练，组合训练。

三、教学进度

片段舞训练(总共四课时)

第一课时(第一周)基本动作练习

第二课时(第三周)完成“准备段，第一舞段”

第三课时(第五周)完成“第二舞段，间奏部分”

第四课时(第七周)综合表演，动作提高

片段舞训练(总共四课时)

第一课时(第九周)完成“准备舞段”教学

第二课时(第十一周)完成“第一舞段，第二舞段”教学

第三课时(第十三周)完成“间奏段，第三舞段”教学

第四课时(第十五周)完成“第四舞段，综合表演”教学

第十六周欣赏课成品舞表演汇报

注：每个学期让孩子学会并掌握一个舞曲，能独立随音乐跳舞。每个舞种根据孩子本身的掌握情形而定。我们将在各个学期里让孩子逐步学会和掌握各种民族舞、现代舞、幼儿舞、芭蕾舞、中国舞等。

**街舞老师半年工作计划篇十一**

一、指导思想：

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。

二、社团特点分析：

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。

三、教学重点：

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程以后，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。

四、活动目的：

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。

五、具体教学目标：

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。

六、活动主要内容：

(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》

七、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：影像教学、个别指导、分组教学等。

八、活动安排

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

**街舞老师半年工作计划篇十二**

根据现代教育精神突出学会做人、学会做事、学会合作、学会学习的育人要求和学会关心到21世纪教育主体，引导学生确立尊重、关爱、责任的基本价值目标，引导学生珍惜初中生活，适应新的学习环境。引导学生珍爱生命，正确、客观地认识自己，主动把握自我、发展自我。引导学生品味生活、做情绪的主人，学会拒绝不良诱惑，了解自我保护的措施，提高自我保护能力，学做生活的主人。

教学重点：

引导学生做一个自尊自信的人，注重培养学生的思想道德情操，对其学生的思想素质进行升华，让他们学会做人，做到做知法、守法、用法，并用法律武器来保护自己。

教学难点：

教会学生自主学习，引导学生学会学习和做人的方法，学生优良品质的培养，引导学生珍惜初中生活，学做生活的主人。

学情分析：

这届学生刚进入新的学校又赶上新课改，有一定的学习积极性，据了解学生的基础不是太差，只要教师严格要求学生、转变教学观念、改变教学方法，就能使学生尽快进入学习状态。但也要注意有一部分学生在小学就不认真学习，成绩较差，要做好他们的工作。

教学措施：

1.教师要转变观念，转变教学方法，不能用老方法较新教材。

2 .要联系学生实际，面向丰富多彩的社会生活，选取学生关注的话题，上好每一堂课。

3.引导学生自主学习，教会学生学习的方法，做学习的主人。

4.注重学生的情感体验和道德实践。

教学进度计划

下册： 第一周：评讲上期期末试卷和上新课前言

第二周：第五课 第一框(生命宝贵)

第三周：第五课 第二框(人生多彩)

第四周：第五课 第三框(青春闪光)

第五周：第五课检测及讲解

第六周：第六课 第一框

第七周：第六课 第二框

第八周：第六课 第三框

第九周：期中复习、考试

第十周：期中试卷讲评

第十一周：第七课 第一框

第十二周：第七课第二框

第十三周：第七课第三框

第十四周：第七课检测及讲解

第十五周：第八课 第一框

第十六周：第八课第二框

第十七周：第八课第三框

第十八周：总复习、期末考试

一、教学目的

1、通过本学期的学习和训练，提高孩子对体育舞蹈的兴趣，增强体质、培养气质。

2、通过本学期的学习和训练，提高孩子的舞台表现力和比赛的应变力。

3、学习新舞种恰恰舞。

二、教学任务

1、学习恰恰基本步，六一节目编排

2、一级考试

三、教学内容

1、恰恰基本步、达到动作规范

2、六一节目编排

四、教学步骤

3月：身体恢复训练，恰恰原地转胯，横追步，前进后退锁步，古巴断步

4月：利用所学步伐编排节目

5月：纠正动作，达到集体舞的整齐度，尽量参加集体舞比赛

6月：参加六一晚会，学习一级考级套路

教学片段：

(1、)先汇报“逄蒙”的有关内容。

①、学生朗读有关句段，谈自己的感受。

生：逄蒙手提宝剑逼药，真是心狠手辣。

生：逄蒙装病留下，表现了他是卑鄙无耻的小人。

生：你们看，逄蒙逼药不成，就翻箱倒柜，多贪婪呀!

相机理解“威逼”，引导学生想象如何威逼?(同桌演示，板书：逼药)

②、你还能用哪些词语来形容逄蒙?(生：卑鄙无耻、心狠手辣、贪婪无耻……)

师：(结合学生回答小结)大家能把逄蒙的可恨之处，通过朗读表现出来吗?

③、指导朗读课文

(2、)汇报有关“嫦娥”的内容。

①、学生朗读有关句段，谈自己的感受。

生：逄蒙手提宝剑逼药，这是多么危险的时候，嫦娥还一心想着乡亲们，这种精神值得我们敬佩!

生：面对坏蛋的威胁，一般的女子早吓坏了。而嫦娥多么勇敢。

相机理解“\_”，发挥大家的聪明才智，想象嫦娥会如何与逄蒙\_。

②、自荐演演“\_过程”。

③、在这情急之下，嫦娥为了不让仙药落入逄蒙手中，急中生智，吞下仙药。(板书：急中生智吞药)她飘飘悠悠地飞了起来，飞出了窗子，飞过了洒满银辉的郊野，越飞越高，向月亮飞去。(板书：奔月)

望着自己幸福的家，望着熟悉的村庄……此时，嫦娥心里会想些什么呢?

(3、)想象说话

生：嫦娥心里会想，后羿呀，你我夫妻恩爱多年，如今，为了不让仙药落入逄蒙手中，你我落得如此结局。

(听课的老师不禁笑出声，学生也七嘴八舌，发表自己的看法。)

生：他们为乡亲们着想，牺牲了自己的个人幸福，这是一种舍己为民的精神，应该值得我们敬佩。

生：这一切都是可恨的逄蒙一手造成的，我要是在那儿，肯定和乡亲们一起捉住逄蒙狠狠打，以解心头之恨。

教学反思：

学生对文中人物形象及文章所含的意蕴的感悟能力不容小瞧。他们张扬的个性，尽现在他们出色的感受中、发言中。在本节课中，学生在剖析逄蒙、嫦娥形象时，那一个个课本上没有的，而又恰当准确的词语(逄蒙:狡猾、诡计多端、卑鄙无耻……)，那独到的见解，令我欣喜、激动不已!听课的老师也对我班学生的精彩谈论大赞不绝。

这让我不禁联想到：我们农村老师在观摩城里老师公开课时，对城里孩子那精彩、个性的感悟、谈论，常是羡慕不已。对农村孩子则是恨铁不成钢!“城乡差别就是那么大呀!”其实差别在于我们农村老师没有给孩子个性张扬的机会，没有给孩子精彩谈论的时间。从根本上说，是老师没有胆量放手让孩子们去感悟文字，感悟文章意蕴，从心灵深处认为农村孩子感悟不出文章的意蕴及其内涵来。课堂上即使试着让学生去体验、感悟，只要学生一有“卡壳”的时候，老师连忙接过来，整节课抱着课本讲呀讲，苦了自己，也苦了学生——坐在那儿一动不动地听一节课。真是吃力不讨好!试想一下：在这样的心态、环境下，孩子何时才能亮出自己独特的风采?为了孩子们，我们老师“高抬贵口”吧!在课堂上，真正把感悟、言论自由权交还给学生。

一、指导思想：

以学校指导计划为基础，通过开展经典诵读活动，弘扬祖国优秀的传统文化，加强优秀文化熏陶，提高学生的文化和道德素质，让孩子们从小就开始广读博览，日积月累地增长语言文化知识提高学生的语文综合素质和人文素养;使学生传承中华民族精神和文化，发扬中华传统美德，潜移默化地形成优良的道德思想，并逐渐完善自己的人格，促进学生可持续发展，培养学生健康成人。

二、教学目标：

1.通过经典诗文诵读活动的开展，为学生提供一些做人的思想和行为指导，对学生加强思想道德教育。

2.开设经典诗文诵读活动，提高学生的语文综合素质和人文素养。

3.开启少年儿童的潜能，特别是右脑、潜意识的巨大记忆力和创造力;开发学生的智慧，使识字、阅读、记忆、观察、思维、判断、想象、决策、创造、体能、灵感等多方面潜力得到更为科学、更为高效的开发和培育。

4.通过天天诵读活动，培养学生持之以恒、百折不挠的意志和毅力。

三、活动基本原则：直面经典，不求甚解，形式多样，水到渠成。

四、总体目标和具体目标：

1、总体目标：通过组织小学生诵读、熟背诗文经典，让他们在一生记忆力最好的时候，获得中华文化的熏陶和修养。

2、具体目标：①培养小学生的注意力和记忆力。②营造浓厚的阅读氛围，提升学生语文水平，培养学生良好的语文素养。③培养小学生读书兴趣，增加历史、地理、天文、数学、常识、文学、艺术等各方面的素养。④通过天天诵读活动，培养学生持之以恒、百折不挠的意志和毅力。

五、经典诗文诵读的内容：诵读《语文课程标准》中附录的小学阶段必须诵读的诗词外，还有部分经典诗词《三字经》等。

六、课程开设的原则：

1.不求甚解，只要熟读会背。

2.不要苛求，要多多鼓励。不要用同一标准要求全体学生，只 要半数以上的学生能正确流利的诵读就可以进行下一篇。

3.不要一暴十寒，要持之以恒。

4.不要死板，要注重兴趣。采用多种方法调动学生的学习兴趣。

七、保障措施：

1.采用多种形式激发学生的诵读兴趣与热情。

2.定期开展诵读大赛活动，并予以奖励，让学生体验、收获的快乐。

3.利用黑板报、手抄报等多种媒体，展示经典佳句，营造诵读的氛围，使学生走进经典，耳濡目染中华优秀传统文化，陶冶情操。

4.设立经典诵读评价卡。形成评价体系，使经典诵读持久、有效地进行。

5.定期举行一次诵读擂台赛，评选 “诵读大王”、“诵读能手”或“诵读之星”，以此激发学生们的诵读热情。

一、教师任课计划

上半年的教师任课不需做大的调整，依据教师数量、工作潜力和工作态度适当进行调整。语文、数学思考方案为：……。其他科目视状况合理分工。

二、上学期教学工作基本状况

较上个学期有进步的教师占语数英教学总人数(19人)的。

进入全镇后三分之一区间的班级及科目有：一一数学，二二数学，三一数学，四二数学，六一数学，六年级语文，四二英语，五二英语，六一英语。

数量庞大，尤其是数学将近一半。但由于各班折分差距不大，我校数学优秀的班级折分突出，带动全校数学进入全镇第四名。语文持续优势学科地位，处于全镇第三名。英语排行基本都比较靠后，处于全镇8处学校最后一名。

三、上学期教学工作基本安排

(一)教学业务常规及督查计划

1.备课及检查

我们要认识到，备课是上课的准备和计划，是为了让“上什么怎样上”做到心中有数。备课只是上好课的手段，不是教学目的，是为上课来服务的。所以备课应本着注重实效而不是注重形式的原则，提倡和鼓励教师备祥案，但为减轻教师负担按中心小学的规定，贴合条件的教师能够使用老备课。怎样适宜就怎样来，适合自己的就是有效的。

严格对待不备课就上课的教学职责事故。所以以后学校采用抽查形式为询问学生上课进度和主要资料后在进行备课检查，一是看上过的课是否有备课，二是看备课资料是否和备课资料基本相符。实质上是透过检查备课来检查老师的上课。

2.作业教学与检查

课堂作业的设计要在备课的“教学目标评价”中体现，学优生可适当布置难度稍大的综合性题目。继续高效利用“两书”作为布置课外书面作业的依据。作业批阅的目的，一是反馈，了解学生的学习状况;二是改错。所以有错不改，不算完成作业。“两书”作业尽可能使用铅笔完成，以便于批阅后修改。将操作性作业和实践性作业作为作业检查的重要资料。作业教学的考核管理与备课同步、同表。

3.单元检测

单元结束时，及时进行单元检测，及时进行师生双向反馈。及时进行单元检测分析，制定改善和复习的措施，设计好普遍出错的练习题并进行强化练习，进行二次过关。使用流程为：整理复习――单元检测――批阅分析――自主改错――重点讲解――二次过关。单元检测、质量分析和二次过关题一并装订，以备检查。

(二)改善校本教研活动

改变案例教研的单一主线方式，以问题教研和案例教研双线并行。透过问题教研活动解决或改善教师在教学过程中遇到的问题，基本方式为：提出问题――思考分析(一周)――组织交流――实践检验――反馈。透过案例教研帮忙教师查找教学中存在的问题，提高教师教学潜力和教学效率。观课几个基本维度：教学效果、学生参与度、学习习惯培养、教师提问面、知识点的含盖量、重难点的突破、教学目标评价、教与学的方式。

校本教研用表使用中心小学的统一设计，但是观课教师要在“听课表”中要从上述几个维度进行评价，改变过去评课比较随意的做法。课堂教学考核也从上述几个维度进行考核，促进教师关注学生、关注练习设计、关注教与学的方式。

(三)学生管理方面

建立业务主任日查制和观课教师评价制。培养目标不求过多，以三姿、书写、上课秩序、自主审查等学习习惯的培养为主。

(四)活动开展方面

计划在本学期针对提高语、数、英三科的教学成绩安排几个提高学生兴趣的系列活动。

语文：

1.将学校图书班级群众借阅贯穿整个学期中;

2.开展一次图书交易市场活动;

3.举行一次全校必备古诗词背诵活动;

4.开展一次全校必读书目交流及征文活动。

数学：

1.举行一次全员参与的限时口算竞赛活动;

2.开展一次全员参与的限时计算竞赛活动的;

3.组织一次全员参与的解决问题竞赛活动。

英语：组织两次全员参与的英语课文背诵竞赛。

活动的开展与校本教研相结合。

(五)教师外出学习及二次培训

按现行办法，继续采用教师外出学习登记制度。镇内组织的学习活动，由参加教师进行口头汇报;镇外组织的学习活动，由参加教师写出书面汇报并在两周内组织进行二次培训。二次培训结束后，方可报销外出学习费用。

(六)青年教师培养

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！