# 培训班舞蹈工作计划(汇总7篇)

来源：网络 作者：风吟鸟唱 更新时间：2024-02-17

*培训班舞蹈工作计划1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...*

**培训班舞蹈工作计划1**

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

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。

**培训班舞蹈工作计划2**

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。

>一、小班舞蹈课教学计划

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。

3、律动《火车开啦》培养幼儿节奏与手脚动作的协调性。要求幼儿掌握脚尖小跑步与开火车动，

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、《摊推手》掌握摊、推手，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。

>二、 中班舞蹈课教学计划

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：踮步、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。

6、舞蹈《草原小牧民》认识跑马步的基本步法，能做出马儿跑或跳的动作的精髓。初步学习挤牛奶的手法，要求做出虎口形的手势，由上往下捏挤的动作。锻炼幼儿间团结合作的精神。做出丰收时喜气洋洋的表情

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，小步跑时做到两脚踮起，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。

>三、大班舞蹈课教学计划

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。

**培训班舞蹈工作计划3**

时间飞逝，转眼新的学年已经开始。本学期我将承担13中技幼教的英语课程教学工作，通过一年多的职校教育工作经验，我深刻认识到中职英语教学不同于普通高中的英语教学，它有其自身的特殊性，主要体现在教育性质和学生素质上。中职教育主要突出在“职业”和“实用”两个特性上， 同时大多数中职学生的文化课基础普遍不好，重技能轻文化理论，认为到职业学校就是为了学一门“手艺”，文化课特别是英语学不学无所谓，因而形成了学生不肯学、教师不愿教、学生综合素质普遍较低的局面。在积极熟悉教材后，针对这一情况，我对本学期的教学工作计划如下：

>一、 以“趣味英语”导入，上好第一节课。

多年学生，让我深刻体会到再有趣的课程，如果老师只是一味照本宣科，再大的积极性都会被打击，逐渐提不起上课的精神。特别是职校学生，本身基础薄弱，会选择读职校，多数是不愿意学习的学生。因此，上好第一课很重要。英语并不全枯燥乏味，需要死记硬背，通过深入研究教材，平淡的单词句子可以趣味化，以此吸引学生的注意力，多以趣味英语单词、趣味英语游戏的形式，让学生在愉快的学习氛围中吸收消化知识点。

>二、 结合学生实际情况，合理利用教材组织课堂教学。

根据中职英语教学大纲规定，结合学生实际情况，合理增删教授知识。这一学期的教材内容主要包含八个方面：学校生活、梦想、爱好、友谊、运动、幸福、爱以及教育，教学开展将紧扣这八个方面，同时突出“幼教”专业特色，重点培养并巩固学生的英语专业基础知识，为学生的幼师英语打好基础。

>三、 采取灵活的教学模式，努力提高课堂教学质量。

针对中职学生好奇心强、精力充沛、动手能力强的特点，创设符合他们心理认知水平的模拟生活实际的教学情境，采用灵活多样的教学手段和方法，开展丰富多彩的教学活动，激发学生的学习兴趣和动力。改变死板的“教师教学生听”的教学模式，让学生积极参与到教学当中来，从而提高课堂教学质量。

>四、 以指导为主，对学生的表现给予及时肯定。

不管是爱读书，还是不爱读书的学生，他们都希望得到别人的肯定。在接下来的教学过程当中，我会努力去发现学生的长处，及时表扬鼓励他们，调动他们的积极性。同时，不一味解答学生的疑问，多指引他们方向，让他们自己去找出答案，更深刻地掌握知识。

在努力提高课堂教学质量的同时，我将积极拓展自己与学生的视野，注重学生的全面发展，把微笑带进课堂，耐心对待每一个学生。在今后的工作中，我会不断努力提高自己的综合素质及业务水平，争取成为一名优秀教师。

**培训班舞蹈工作计划4**

>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。

**培训班舞蹈工作计划5**

>一、指导思想

舞蹈作为一种以人体动作为物质材料的表现性的艺术活动，是人类审美活动较集中的表现，是培养人们审美兴趣，提高人们审美能力的有效途径和有力手段。希望通过活动，使孩子们不仅能发展身体，得到动作的协调性和灵活性的训练，而且还能发展思维和情感，促进身心愉快的发展。

>二、训练目标

1、本学期系统而严格的训练，进一步增强队员们的节奏感，增强他们对舞蹈的表现力和感受力，特别强调舞蹈时的面部表情，做到用“心”舞蹈，使队员们的整体素质和表演水平再上一个新台阶。

2、教会学生用舞蹈语汇来表现舞蹈的情绪和意境，注重舞蹈的神韵、感觉。

3、严格要求，精心排练。

>三、训练内容及要求

1、基本功方面

由于学生水平上的差异，本学期针对他们的基础和特点突出了不同训练内容和的要求。有的学生要继续加强基本功的训练，加大训练力度和难度，重视训练质量，提高身体的柔韧性。

还有些学生则要从基本功入手，进行系统的训练，如：基训地面练习和基训把杆练习，帮助学生提高自身素质，增强自身气质，为以后的舞蹈学习打下良好的基础。

2、舞蹈学习方面

本学期计划学习一块成品舞蹈：民族舞蹈对队员的素质要求较高，要求队员要有良好的身体协调性和柔韧性，并要求队员节奏感强、动作规范，特别强调眼神和表情以及舞感，让学生学会用心舞蹈。这首舞蹈是本学期训练的重点，我们要加强训练，从齐、快、准上下功夫，争取以高质量的演出迎接今年的文艺汇演。

>四、训练时间

每周一、二、三、四、日课外活动时间。

>五、活动地点

舞蹈教室

>六、活动措施

1、引导学生观看舞蹈录像带，帮助学生寻找舞蹈感觉。

2、逐段示范、讲解动作，逐个辅导。

3、学生个人练习和个别辅导相结合。

4、采用学生互帮、好学生示范的方法，进一步提高水平。

**培训班舞蹈工作计划6**

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。一年级小学员学习舞蹈（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。

**培训班舞蹈工作计划7**

1、增强对舞蹈的兴趣，提高学员对音乐的节奏。通过舞蹈表演培训使学员认识、了解舞蹈。

2、掌握舞蹈方位、力度、感觉。

3、发展学员的柔韧性和协调性，树立学员大胆表现的个性。

4、增进学员的灵活的形体，培养学员群体的合作精神。

5、培养学员舞台表现能力，增进他们的表现欲。

6、使学员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，使学员们在舞蹈训练中感受舞蹈的乐趣，提高学员们的审美能力。

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。

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！