# 最新舞蹈生期末总结与反思 舞蹈生期末总结心得体会(实用13篇)

来源：网络 作者：梦中情人 更新时间：2024-05-19

*总结是对前段社会实践活动进行全面回顾、检查的文种，这决定了总结有很强的客观性特征。什么样的总结才是有效的呢？以下是小编收集整理的工作总结书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。舞蹈生期末总结与反思篇一第一段：引言（总的感受）。经过一个学期的舞...*

总结是对前段社会实践活动进行全面回顾、检查的文种，这决定了总结有很强的客观性特征。什么样的总结才是有效的呢？以下是小编收集整理的工作总结书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

**舞蹈生期末总结与反思篇一**

第一段：引言（总的感受）。

经过一个学期的舞蹈学习，我收获了很多，不仅学到了舞蹈技巧，还提升了自己的舞蹈品味和艺术修养。在这个过程中，我体验到了舞蹈所带来的喜悦和艺术的力量，同时也遇到过一些挑战。回顾这个学期，很多收获和感悟浮现在心头，我相信这些经历会成为我未来舞蹈道路上宝贵的财富。

第二段：技术提升。

在这个学期里，我经历了不少的技术训练，从基础动作的练习到更高难度的连贯动作的训练。我意识到，技术的提升需要长期的坚持和努力。每一天的练习都是一次积累，每一个动作的熟练都需要不断的反复练习。通过坚持不懈的努力，我逐渐掌握了更多的舞蹈技巧，比如转体、支撑和跳跃等动作，这对于一个舞者来说是非常重要的。在技术的学习过程中，我还明白了舞蹈的美不仅仅在于动作本身的完成，更在于动作的流畅和优美，这需要更高层次的运动感和舞蹈感。

第三段：表演实践。

舞蹈还需要通过表演来展现出来。在这个学期里，我有机会参与了几次学校的舞台表演，并从中学到了很多。舞台表演是一个将技术和情感完美融合的过程，需要我对角色进行深入的理解与感受。通过与舞蹈伙伴们的共同排练和演练，我学会了如何与人合作，如何完美地呈现出舞蹈作品中的每一个角色和情节。在表演中，我还学会了如何与观众建立连接、传达情感，这不仅让我更自信地展示自己，也让观众更能理解我所表达的意境。

第四段：艺术修养。

舞蹈不仅仅是技巧的堆砌，更是一门需要艺术修养的学科。在这个学期里，我不仅仅通过舞蹈来表达，也开始学习如何欣赏舞蹈，如何领略舞蹈所传递的情感和意义。我开始对一些经典的舞蹈作品进行学习和研究，关注舞者的演绎和编排中的细节，以及作品所要传达的思想和艺术核心。通过这个过程，我发现舞蹈是一种与时代息息相关的艺术形式，可以通过它感受到不同时期不同文化的潮流和内涵。

第五段：未来展望。

通过这个学期的学习和实践，我在舞蹈方面取得了一些进步。但我也意识到，舞蹈是一个永无止境的学科，需要不断地学习和进步。未来，我希望能继续坚持舞蹈训练，提升自己的技术水平，并且不断参与不同类型和风格的舞蹈作品的演出。我相信，只有不断地挑战自己，才能真正发现自己的潜力和突破舞蹈的边界。同时，我还希望能将舞蹈与其他艺术形式相结合，探索出自己独特的舞蹈风格和表达方式。

总而言之，通过这个舞蹈学期的学习和实践，我在舞蹈的技术、表演实践和艺术修养等方面都有所收获。我相信，这些不仅对我自己的舞蹈道路有着重要意义，也会成为我未来舞蹈道路上宝贵的财富。无论未来遇到什么样的困难和挑战，我都会坚定地继续前行，用舞蹈的力量传递美和希望。

**舞蹈生期末总结与反思篇二**

上学期刚刚学舞蹈的时候是那么的笨拙，可如今我觉得自己成长了许多，也懂得了许多。

我觉得基础最重要，不能贪快，一定要把最简单的东西学好，不论学哪一门课，都得有这样的学习态度。这样子就不会经常犯错误，也就能跟得上老师。在学舞蹈的这个过程中我发现每学一样新动作我都会有新的收获，因为每个人关注的东西可能不一样，强调的重点可能也有差别，性格也有差别，踏踏实实学好每一个动作正好可以帮助我们修正自己平时容易忽略的地方，不断得到提高。基础打好了对以后老师讲的新内容理解的更透彻，接受的也更快。

多听音乐对我们学舞蹈也很有帮助。老师曾强调过在舞蹈中音乐的重要性，当时我还不大明白，其实对音乐的理解完全是靠感觉，平时我们上课的时候可以数一下节奏，但是真正要把音乐的内涵跳出来单单依靠数节奏是不行的，当我们的思维过分理性的集中于节奏上的时候，往往就会忽略了其他的内容。所以，我认为训练好的音乐感觉是很重要的，就是说既要掌握准节奏，又要注重音乐所表达的内容，两者结合才有可能完美。所以我平时带个mp3在身上，装一些舞曲，经常听，在放松自己的同时，也培养了音乐感觉。

平时要多练习。师傅领进门，接下来得靠我们自己练兵了。既然来了，就要争取跳得更好。那么，怎么就能跳好了呢？平时在这里我看到一些同学翩翩起舞，看到老师的精湛舞技，很羡慕。我想他们一定下了很大的功夫，或许除了他们自己，没有人知道他们曾经投入了多少、吃了多少苦。“台下十年功”的道理大家应该都知道，即使仅仅是为了把课上好，课堂之外的练习也是必要的。只要在课外有一定的投入，且方法正确，一定会有所进步。

我觉得应当重视课堂纪律，仔细听老师讲的每句话。可能因为我们的课堂气氛一直比较活跃，因为动作的不习惯，有时会嘻嘻哈哈的，所以我们有时在上课的时候也相对随意一点。上课的时候，同学之间有的在老师讲课的时候聊天，内容有课堂之内的也有与上课无关的；有的在老师在做示范的时候，急于模仿或自己在练习。从我自己的体会来说，上课的时候紧跟老师的节奏是最有效率的。老师讲课的时候一定认真听，哪怕说的是别人的缺点也应该仔细的听一下，避免以后自己也有同样的错误；老师做示范的时候不要急于模仿，俗话说“磨刀不误砍柴功”，把老师的动作要领看明白了再实践，会有事半功倍的效果，且犯错误的概率要低很多；抓住每一个练习的机会，老师上课的时候给的练习时间其实并不是很多，也就是说让老师发现缺点的机会很少、得到老师指点的机会不多，所以一定要在有限的时间里多表现，这对课外的练习会有很大的帮助。

多请教老师和学习优秀的同学对我学舞蹈也有很大的帮助。其实很多东西在我们刚开始的时候都得虚心地请教。同学之间切磋一下也是很有帮助的，我想，毕竟大家的水平都是半斤八两，有时候交流出的结果可能是错误的；还有，同学之间容易看得出动作对或是不对，但是有时候说不出错在哪里、要如何纠正，所以，我们有问题一定要多请教老师，这样子反反复复，我得到一定的提高，虽然不是很快，但就我个人来说，我已经得到了很多了，因为我学到了一种学心方法了。

另外，学习体育舞蹈对心理上也有很大的益处，这是我在学习过程中的最大的收获。

跳舞跳得好，使别人对你刮目相看，使自己对自己有更深一层自我价值的发现。这是个人自尊的提高。记得我上一次参加学院的爱尔兰舞蹈演出后，同学们个个称好，对一个平时羞涩的我的印象也就多了舞蹈这两个字，但我发现舞蹈这两个字不仅仅在于它本身，还在于它所包含的品格。

几乎每个同学都曾有过怯场的羞涩的上课经历，它是心理学十大恐惧之一，通过跳舞可以合我们逐步克服胆怯、恐惧，培养自信、自强。以坚定的信心和毅力去对付无数的考验与挑战。

有了自信，当然也就有了轻松的社交。舒适轻松的社交是个人四大需求之一，跳舞使你更善于人际关系，提高为人处事、公关社交的能力。刚学舞蹈的时候，不知道怎么和舞伴交流，两个人各自跳着自己的舞蹈。如今，我觉得和舞伴一起探讨学习已经变得很自然、轻松。

跳舞还可以放松精神。每次下课，都会觉得无聊，面对学习、生活的压力，我的精神常期处于紧张、郁闷的状态，在优杨、激-情的舞曲中跳几支舞，享受一下自由快乐的时光，使我的心理上得到调整，缓解由于学习、生活上常期的压力而造成的精神紧张、郁闷，保持我的青春的活力，学习也就轻松多了，心情也就阳光多了。

**舞蹈生期末总结与反思篇三**

上学期刚刚学舞蹈的时候是那么的笨拙，可如今我觉得自己成长了许多，也懂得了许多。

我觉得基础最重要，不能贪快，一定要把最简单的东西学好，不论学哪一门课，都得有这样的学习态度。这样子就不会经常犯错误，也就能跟得上老师。在学舞蹈的这个过程中我发现每学一样新动作我都会有新的收获，因为每个人关注的东西可能不一样，强调的重点可能也有差别，性格也有差别，踏踏实实学好每一个动作正好可以帮助我们修正自己平时容易忽略的地方，不断得到提高。基础打好了对以后老师讲的新内容理解的更透彻，接受的也更快。

多听音乐对我们学舞蹈也很有帮助。老师曾强调过在舞蹈中音乐的重要性，当时我还不大明白，其实对音乐的理解完全是靠感觉，平时我们上课的时候可以数一下节奏，但是真正要把音乐的内涵跳出来单单依靠数节奏是不行的，当我们的思维过分理性的集中于节奏上的时候，往往就会忽略了其他的内容。所以，我认为训练好的音乐感觉是很重要的`，就是说既要掌握准节奏，又要注重音乐所表达的内容，两者结合才有可能完美。所以我平时带个mp3在身上，装一些舞曲，经常听，在放松自己的同时，也培养了音乐感觉。

平时要多练习。师傅领进门，接下来得靠我们自己练兵了。既然来了，就要争取跳得更好。那么，怎么就能跳好了呢？平时在这里我看到一些同学翩翩起舞，看到老师的精湛舞技，很羡慕。我想他们一定下了很大的功夫，或许除了他们自己，没有人知道他们曾经投入了多少、吃了多少苦。“台下十年功”的道理大家应该都知道，即使仅仅是为了把课上好，课堂之外的练习也是必要的。只要在课外有一定的投入，且方法正确，一定会有所进步。

我觉得应当重视课堂纪律，仔细听老师讲的每句话。可能因为我们的课堂气氛一直比较活跃，因为动作的不习惯，有时会嘻嘻哈哈的，所以我们有时在上课的时候也相对随意一点。上课的时候，同学之间有的在老师讲课的时候聊天，内容有课堂之内的也有与上课无关的；有的在老师在做示范的时候，急于模仿或自己在练习。从我自己的体会来说，上课的时候紧跟老师的节奏是最有效率的。老师讲课的时候一定认真听，哪怕说的是别人的缺点也应该仔细的听一下，避免以后自己也有同样的错误；老师做示范的时候不要急于模仿，俗话说“磨刀不误砍柴功”，把老师的动作要领看明白了再实践，会有事半功倍的效果，且犯错误的概率要低很多；抓住每一个练习的机会，老师上课的时候给的练习时间其实并不是很多，也就是说让老师发现缺点的机会很少、得到老师指点的机会不多，所以一定要在有限的时间里多表现，这对课外的练习会有很大的帮助。

多请教老师和学习优秀的同学对我学舞蹈也有很大的帮助。其实很多东西在我们刚开始的时候都得虚心地请教。同学之间切磋一下也是很有帮助的，我想，毕竟大家的水平都是半斤八两，有时候交流出的结果可能是错误的；还有，同学之间容易看得出动作对或是不对，但是有时候说不出错在哪里、要如何纠正，所以，我们有问题一定要多请教老师，这样子反反复复，我得到一定的提高，虽然不是很快，但就我个人来说，我已经得到了很多了，因为我学到了一种学心方法了。

另外，学习体育舞蹈对心理上也有很大的益处，这是我在学习过程中的最大的收获。

跳舞跳得好，使别人对你刮目相看，使自己对自己有更深一层自我价值的发现。这是个人自尊的提高。记得我上一次参加学院的爱尔兰舞蹈演出后，同学们个个称好，对一个平时羞涩的我的印象也就多了舞蹈这两个字，但我发现舞蹈这两个字不仅仅在于它本身，还在于它所包含的品格。

几乎每个同学都曾有过怯场的羞涩的上课经历，它是心理学十大恐惧之一，通过跳舞可以合我们逐步克服胆怯、恐惧，培养自信、自强。以坚定的信心和毅力去对付无数的考验与挑战。

有了自信，当然也就有了轻松的社交。舒适轻松的社交是个人四大需求之一，跳舞使你更善于人际关系，提高为人处事、公关社交的能力。刚学舞蹈的时候，不知道怎么和舞伴交流，两个人各自跳着自己的舞蹈。如今，我觉得和舞伴一起探讨学习已经变得很自然、轻松。

跳舞还可以放松精神。每次下课，都会觉得无聊，面对学习、生活的压力，我的精神常期处于紧张、郁闷的状态，在优杨、激情的舞曲中跳几支舞，享受一下自由快乐的时光，使我的心理上得到调整，缓解由于学习、生活上常期的压力而造成的精神紧张、郁闷，保持我的青春的活力，学习也就轻松多了，心情也就阳光多了。

总而言之，来源于生活而又返源于生活，是一种非语言的交流，是一种以美化的人体动作为手段，通过有节奏、有韵律的活动，抒发人的内心感情，表达人的意志、愿望的人体动作艺术，是一种美的艺术。它可以使每个人的身心融入到优美的旋律中，随着音乐节奏，自然产生有氧的艺术动。

**舞蹈生期末总结与反思篇四**

中华民族五千年的文明史，舞蹈文化占有重要的位置。舞蹈教育自古以来就被先人所重视，我在教孩子舞蹈的时候，特别注重培养孩子对舞蹈的兴趣、幼儿的模仿力和想象力以及他们的。创造力。对舞蹈的方位、手型、手臂位置、脚的位置等等这些基本的舞蹈知识，我都用趣味性的练习让幼儿在玩乐中学到。通过一段时间的训练，幼儿的舞蹈知识和动作的协调性能力都有不同程度的提高。现就本学期大班舞蹈兴趣班教学作一下总结：

了解身体的方位和舞蹈基本脚型、脚位和手型、手位，学会简单的成品舞蹈。

我们观察到，幼儿在欣赏节奏明快的音乐、看到电视电影里的舞蹈动作的时候，会兴奋得手舞足蹈并模仿动作，这说明喜欢唱歌跳舞是幼儿的天性。所以，我们特别注意充分调动幼儿这一积极因素，引导幼儿热爱音乐，热爱舞蹈。有时，我们会以丰富的表情和不同的动作形象生动地表现某种情绪，如幼儿舞蹈《吹泡泡》中的“咦，泡泡不见了！”这句歌词，我们逼真表现出对泡泡不见了所产生的好奇、疑惑和惊讶的复杂心情，而幼儿在我们的引导带动下进行模仿，也表露出栩栩如生的动作与表情。在教学新舞蹈时，我们将舞蹈内容编成儿歌或故事，并以这种比较简单易懂的方式向幼儿讲解，加深了幼儿对舞蹈内容的理解，提高了幼儿的接受能力，激发了幼儿学习新动作的兴趣，从而使幼儿不是被动地学习舞蹈，而是真正发自内心地喜爱舞蹈这一课程。

教授新舞蹈时，我们能注意不能操之过急，一定要循序渐进地讲解清楚动作的要求、规格和要领，制定有效的练习步骤。按照由简至繁的教学原则，首先让幼儿熟悉音乐节奏，随后是动作练习，最后才是情绪表达。在动作练习中，将组合动作分解成单一动作，难度较大的单一动作还分解成局部动作（上肢或下肢动作）。如教授舞蹈《娃娃爱唱歌》时，我们先让幼儿熟悉音乐，准确把握节奏，然后将舞蹈动作分解成单一动作，先教下肢脚的勾绷动作，后教上肢手的提压腕动作，再结合起来学习，并在这两个基础上加以表情训练。在训练过程中，我们注意训练的科学性——运动量和动作幅度符合不同年龄幼儿的生理特点，对幼儿不进行某一局部动作过多的重复练习，以免损伤幼儿稚嫩的身体。

尼尔在解释舞蹈本质时，这样提出：“舞蹈并不是一种姿态、韵律的优雅，属于美的欣赏或创作而已，最重要它是一种轻易的发泄，人在现实生活中的压抑，可在肢体和律动间得到平衡”，如何开发孩子的创造潜能，让孩子门真正快乐的舞着，还需要我们们在不断的学习实践中去领会去创新。

在工作中，我也有些不足的地方，如：班额太大，一个人很难顾及到每一个孩子，对她们的指导也就会有漏洞，同时因为班额太大，这学期的教学内容也相应的随着个人指导时间的加多而相应减少。还有由于幼儿的年龄不在一个阶段，教材不是很好选，教学上稍稍难一点，年龄小的。不容易接受；相反，年龄大的又觉得太简单。幼儿在这学期的舞蹈学习中，找到了快乐，并喜欢上了舞蹈，我想这是幼儿园舞蹈兴趣班办班的最终宗旨。同时，我会不断提高自己的舞蹈水平和文化修养以及舞蹈知识，以期待在以后的教学中能有更好的表现。

**舞蹈生期末总结与反思篇五**

随着社会的发展和生活的改善，人们普遍的认识到，让孩子从小就在音乐、舞蹈的熏陶中受到美的教育，对开发儿童智力，培养孩子的高尚情操具有十分重要的意义。今天本站小编给大家为您整理了舞蹈教师期末个人总结，希望对大家有所帮助。

时光荏苒，忙碌中20××年的脚步已经悄然走远。最近一段时间无论是看电视还是浏览网页抑或是听广播我们都能发现几乎所有的媒体都在进行年终盘点。的确，我们在过去的一年当中忙碌着、辛苦着、奔波着同时也收获着，新的一年即将开始我们在制定“宏伟蓝图”的同时也不要忘记回顾上一年的苦辣酸甜来激励和鞭策自己取得更大的进步。下面我就把xx年度的工作做简要的汇报总结。

一、师德表现。

关心集体，以校为家。响应学校号召，积极参加学校组织的各项活动，注重政治理论的学习，积极向党组织靠拢。配合组里搞好教研活动，认真负责集体备课记录的整理工作，抓住每一个学习的机会提高自己的业务水平。每周按时参加升旗仪式，从不缺勤。服从学校安排，人际关系融洽。本学年度全勤。关心、热爱学生，做孩子们的好朋友。记得王校长曾经对我们说过：“虽然你面对的是五、六十个学生，他们的能力水平高低不等，但在家长的眼中他们却是唯一的，是完美的，我们不要在心里就给孩子划分出等级，那样做对孩子是不公平的。说我们教师这个职业神圣是因为我们的工作完全是良心活，没有办法去准确地衡量!”我认同王校长的话，所以我用爱心浇灌稚嫩的花朵，课堂上严格要求，课下每一个孩子都是我的朋友，一年的努力换来的是孩子们开心的笑脸，我经常听孩子们说：“赵老师，如果能每一天每一节课都是你给我们上课那该多好呀!”听到孩子这样的话我所有的付出都值得!

二、教育、教学工作。

为了提高自己的教学认识水平，适应新形势下的教育工作，我认真地参加学校每次的培训活动，认真记录学习内容。“脚踏实地，大胆创新”是我教书育人的。

座右铭。

本年度我继续领悟新课程标准，以新思路、新方法来指导自己的工作，认真备课、上好每一节常规课本学期我积极参加了百花奖的赛课活动，在准备公开课的过程中我虚心向组内、组外教师请教，查阅了大量的资料，最终拿出了一节符合自身风格、深受学生喜欢的公开课《跳起舞》，为本年度的教学工作添上了一个美丽的音符。

学校的bbs论坛也是我经常驻足的地方，在那里我认真学习其他教师在教育、教学中的先进经验同时也把自己好的做法、想法跟大家分享，这种方便、快捷的学习方式使我的生活更加充实。通过多种方式的学习我积累了大量的素材，撰写的论文也多次在国家、省、市、区获奖。学校无小事，处处是教育。值周教师的工作让我有机会接触更多的学生，我非常认真地对待这项工作，并且能够富有创造性地开展。让我校的学生养成良好的行为习惯，成为讲文明、懂礼貌的学生。

我负责的校舞蹈队可谓是本年度的一个工作亮点，今年编排的舞蹈《好运来》获得了南岗区中小学生文艺汇演的一等奖，我本人也被评为优秀指导教师和南岗区第xx届校园艺术节活动的优秀组织工作者。在代表学校参加黑龙江省督导评估检查的活动中，孩子们的表演打动了在场的所有领导，受到了领导们的高度赞扬。在南岗区教育局的新年联欢会上，舞蹈《好运来》代表南岗区的中小学生为参加联欢的领导们作精彩的表演，迎来了阵阵掌声。

为了庆祝建队55周年，团省委在黑龙江省电视台筹备了一场题为：民族精神代代传的晚会，我校舞蹈队也光荣地被邀请表演创作歌舞《美丽的鲜花献给你》，整个舞蹈从排练到演出只有七天时间，而且恰巧赶上十一长假，我和孩子们放弃了休息时间，每天早早来到学校进行排练，功夫不负有心人，在节目预检的时候我们就受到了团省委领导和电视台导演的高度赞扬，说我们的节目是“放心节目、效果好、符合晚会气氛……”10月22日晚会在黑龙江省电视台播出，效果非常好，坐在家里，通过电视当看到我们复华小学的名字出现在电视屏幕上的时候，我相信每一个复华人的心情都会无比的激动。为了让舞蹈队的孩子能够学到更多、更新的知识，我放弃个人休息时间外出进修，经过不懈的努力我又在今年拿到了澳大利亚踢踏舞和爵士舞的教师任教资格证书，这时的我站在课堂上无愧于自己也无愧于孩子，孩子们在我的课堂上学到的舞蹈不会是过时的，我也不是在吃自己的老底儿，而是把新鲜的果实摘给孩子们，让活力和激情在舞蹈的课堂上涌动。

我是一个对集体充满了热情的人，勤勤恳恳、脚踏实地使我的工作作风，助人为乐是我的快乐之本，只要是对学校对大家有好处的事情我都会不计较个人得失，把他完成好。xx年是幸福的一年，因为在这一年当中我付出着、收获着、快乐着、进步着，即将到来的xx年我同样会用心去面对，用我的全部热情来浇灌我深爱着的事业。

孔子云：逝者如斯夫，猛然间意识到日子的匆匆。在华夏未来舞蹈中心几年的工作中，在孩子们花一样的笑脸下，在家长们真切的目光里，我真正体会到作为舞蹈老师的乐趣以及责任。回顾几年来的工作，既紧张，又新奇，收获也很多。

“学高为师，身正为范。”在教学中，我用心备课，认真上课。不管自己的工作有多繁忙，不管自己有多累，一走进舞蹈教室，我立刻精神饱满，用兢兢业业的工作态度带动孩子们的学习热情，用实际行动引导他们树立乐观向上的人生观。孩子们天真热情的笑脸就是我最好的兴奋剂，他们一声声甜美可爱的“陈老师!”立刻驱走我一天的疲劳。握着他们莲藕般柔嫩的胳膊，小腿，我不厌其烦地为他们一次次弯下腰纠正动作，因为我在想：他们中的他?还是她?在不久的将来会成长为一株株绽放在舞台上亭亭玉立的莲花。

我注重舞蹈教学的科学性，注重运动量，动作幅度和舞蹈编排符合不同年龄孩子的心理，生理特点。有人说教师干的是良心活儿，不错，做教师不需要本领超群，却需要极其精细的态度，就像辛勤的花匠。不断重复的舞蹈基本功是枯燥，缺乏趣味的，在教学中我注重教学环节的编排，用活泼节奏感强的音乐，和自己规范一丝不苟的示范动作，带领孩子们共同走进美的殿堂。每一个孩子点点滴滴的进步我都看在眼里，我会欣喜地告诉他(她)：你真棒!当他们为了一个动作做得丑而急得大哭时，我会亲手抹去他(她)脸颊的泪珠，鼓励他(她)：你能行!喜欢他们休息时围在我身边叽叽喳喳说个不停，喜欢看他们用小手抹去额头汗珠时红扑扑的小脸，喜欢他们用小黑手捏着一颗颗五颜六色的糖果伸向我嘴巴时的目光。走起路来一阵风，仿佛踩了风火轮的我，在教学中却像变了一个人。教授孩子们新舞蹈时，不能操之过急，一定要循序渐进地讲解清楚动作的要求、规格和要领，制定有效的练习步骤。按照由简至繁的教学原则，首先让学生熟悉音乐节奏，随后是动作练习，最后才是情绪表达。在动作练习中，将组合动作分解成单一动作，难度较大的单一动作还分解成局部动作。每学期结束时，不论我的“大徒弟们”还是启蒙班的“新兵们”，每人都能在学校，幼儿园的联欢会上好好“秀”一把，“成就感”才是孩子们继续学好舞蹈的最大动力。

创新是超越的关键，我所教授的每个班，每一年孩子们基本功会有突飞猛进的进步，都会学习新的舞蹈。这就要求我课下关注舞坛动向，注意观看各级赛事，将当今舞蹈新信息渗透在教学中。一分耕耘一分收获，我的工作得到了华夏未来领导们和家长的肯定，孩子们也硕果累累。20xx年是丰收的一年，华夏未来15周年庆祝大会上，我带领孩子们编排的节奏鲜明，动作夸张可爱的《斗牛舞》获得大家一致好评。六名学生在20xx年天津市文艺展演中获一等奖，七名学生获二等奖。三名学生获20xx年天津市少儿舞蹈大赛一等奖。三名学生在天津市少儿艺术大赛中获一等奖，两人获二等奖。三名学生被授予“20xx年天津市童星100”称号。七名学生通过中国舞13级考试。两名学生获得20xx年南开区个人单项比赛小甲，小乙第一名。在家长和学生的积极努力下，我们齐心协力共度难关，带着三个作品参加了第五届华北五省市舞蹈大赛，获得两个一等奖，一个二等奖的好成绩。

我爱孩子们，我爱舞蹈事业，在孩子们的成长中，在孩子们的汗水与泪水中我看到了童年时的自己，我会用百分百的努力投入我的舞蹈教学工作，借用米卢先生的一句话：态度决定一切!

舞蹈作为教育内容和手段，不仅可以培养教育对象具有健美的身体姿态，培养动作的协调性、节奏感，而且可以抒发和表达感情，加强相互交往，美化生活，培养良好的道德品质。回顾本学期的工作，总结四个字：充实、忙碌。

为了上好舞蹈校本课程，我不断地加强学习，不断提高思想业务素质。因为只有不断充电，才能维持教学的青春和活力。所以，一直以来我积极参加舞蹈排练，观看各地的比赛和演出的舞蹈碟片，学习各种技法和亮点。另外，平时有时间欣赏各类舞蹈的排练和队形等使自己在舞蹈教学方面不断进步。通过这些学习活动，不断充实了自己、丰富了自己的知识和见识、为自己更好的教学实践作好了准备。

在课程实施中，我对教学内容主要做了这样的安排。1、首先从基本训练入手。通过热身活动练习，使学生首先学会了怎样在做舞蹈动作时避免自己受伤。2、通过小游戏的形式，训练学生的身体协调性、空间方位感、以及学生相互之间默契。3、形体训练。通过基本形体动作的练习，克服学生的自然体态，掌握几个形体要点：头顶找天、立腰拔背，双膝夹紧伸直，使学生无论在生活中还是舞蹈时具有正确的姿势，改善不良习惯。4、通过舞蹈动作的教学，在音乐伴奏下做各种舞蹈动作，使学生身体得到较自然全面的活动，初步培养了学生良好的动作姿态，力量的灵活和协调性和初步欣赏音乐的能力以及对不同舞蹈风格特点的认识。

在训练中，我让学生对照镜子反复练习表情，这样训练不是简单地让学生像照相一样，怎样做最美，而是根据舞蹈情节的需要作出适合表达主题的表情、神态和动作。每位同学的一颦一笑、一举手一投足都要为整个舞蹈服务。再次，教师讲解非常关键。教师要在整个辅导过程中不断去示范，去讲解动作表情的要领。俗话说:“授人以鱼不如授人以渔。”舞蹈教师和语文、数学教师一样，要教给学生学习方法，让学生自己去感悟、去发现。另外，上课时要严格要求的情况下，及时发现每位同学起身的特点，让课堂高质量的完成。比如，哪些学生有舞蹈基础，接受能力强，哪些学生相对较弱，就可以好的学生可以让他们当小老师来帮助其他动作还不够规范的同学等等。教师都要了如指掌。

同时，在本学期还带领一、二年级学生排练群舞多次参加舞蹈比赛，以及为学前班的学生排练群舞参加学前班毕业典礼。

舞蹈校本课的实施，能满足学生发展的实际需要，有利于学生个性和特长的充分发展。同时，通过舞蹈教育锻炼，培养了学生的群体意识，培育学生的艺术美感，提高学生的欣赏力，增强他们对生活的积极想象，对生活的热爱和对美的追求。

无论是舞蹈课也好，集体舞蹈也罢，希望学生能够从舞蹈中体会到快乐，能热爱舞蹈，热爱生活，快快乐乐每一天!

。

**舞蹈生期末总结与反思篇六**

时光荏苒，忙碌中20年的脚步已经悄然走远。最近一段时间无论是看电视还是浏览网页抑或是听广播我们都能发现几乎所有的媒体都在进行年终盘点。的确，我们在过去的一年当中忙碌着、辛苦着、奔波着同时也收获着，新的一年即将开始我们在制定宏伟蓝图的同时也不要忘记回顾上一年的苦辣酸甜来激励和鞭策自己取得更大的进步。下面我就把年度的工作做简要的汇报总结。

关心集体，以校为家。响应学校号召，积极参加学校组织的各项活动，注重政治理论的学习，积极向党组织靠拢。配合组里搞好教研活动，认真负责集体备课记录的整理工作，抓住每一个学习的机会提高自己的业务水平。每周按时参加升旗仪式，从不缺勤。服从学校安排，人际关系融洽。本学年度全勤。关心、热爱学生，做孩子们的好朋友。记得王校长曾经对我们说过：虽然你面对的是五、六十个学生，他们的能力水平高低不等，但在家长的眼中他们却是唯一的，是完美的，我们不要在心里就给孩子划分出等级，那样做对孩子是不公平的。说我们教师这个职业神圣是因为我们的工作完全是良心活，没有办法去准确地衡量!我认同王校长的话，所以我用爱心浇灌稚嫩的花朵，课堂上严格要求，课下每一个孩子都是我的朋友，一年的努力换来的是孩子们开心的笑脸，我经常听孩子们说：赵老师，如果能每一天每一节课都是你给我们上课那该多好呀!听到孩子这样的话我所有的付出都值得!

为了提高自己的教学认识水平，适应新形势下的教育工作，我认真地参加学校每次的培训活动，认真记录学习内容。脚踏实地，大胆创新是我教书育人的。

座右铭。

本年度我继续领悟新课程标准，以新思路、新方法来指导自己的工作，认真备课、上好每一节常规课本学期我积极参加了百花奖的赛课活动，在准备公开课的过程中我虚心向组内、组外教师请教，查阅了大量的资料，最终拿出了一节符合自身风格、深受学生喜欢的公开课《跳起舞》，为本年度的教学工作添上了一个美丽的音符。

学校的bbs论坛也是我经常驻足的地方，在那里我认真学习其他教师在教育、教学中的先进经验同时也把自己好的做法、想法跟大家分享，这种方便、快捷的学习方式使我的生活更加充实。通过多种方式的学习我积累了大量的素材，撰写的论文也多次在国家、省、市、区获奖。学校无小事，处处是教育。值周教师的工作让我有机会接触更多的学生，我非常认真地对待这项工作，并且能够富有创造性地开展。让我校的学生养成良好的行为习惯，成为讲文明、懂礼貌的学生。

我负责的校舞蹈队可谓是本年度的一个工作亮点，今年编排的舞蹈《好运来》获得了南岗区中小学生文艺汇演的一等奖，我本人也被评为优秀指导教师和南岗区第xx届校园艺术节活动的优秀组织工作者。在代表学校参加黑龙江省督导评估检查的活动中，孩子们的表演打动了在场的所有领导，受到了领导们的高度赞扬。在南岗区教育局的新年联欢会上，舞蹈《好运来》代表南岗区的中小学生为参加联欢的领导们作精彩的表演，迎来了阵阵掌声。

为了庆祝建队55周年，团省委在黑龙江省电视台筹备了一场题为：民族精神代代传的晚会，我校舞蹈队也光荣地被邀请表演创作歌舞《美丽的鲜花献给你》，整个舞蹈从排练到演出只有七天时间，而且恰巧赶上十一长假，我和孩子们放弃了休息时间，每天早早来到学校进行排练，功夫不负有心人，在节目预检的时候我们就受到了团省委领导和电视台导演的高度赞扬，说我们的节目是放心节目、效果好、符合晚会气氛10月22日晚会在黑龙江省电视台播出，效果非常好，坐在家里，通过电视当看到我们复华小学的名字出现在电视屏幕上的时候，我相信每一个复华人的心情都会无比的激动。为了让舞蹈队的孩子能够学到更多、更新的知识，我放弃个人休息时间外出进修，经过不懈的努力我又在今年拿到了澳大利亚踢踏舞和爵士舞的教师任教资格证书，这时的我站在课堂上无愧于自己也无愧于孩子，孩子们在我的课堂上学到的舞蹈不会是过时的，我也不是在吃自己的老底儿，而是把新鲜的果实摘给孩子们，让活力和激情在舞蹈的课堂上涌动。

我是一个对集体充满了热情的人，勤勤恳恳、脚踏实地使我的工作作风，助人为乐是我的快乐之本，只要是对学校对大家有好处的事情我都会不计较个人得失，把他完成好。xx年是幸福的一年，因为在这一年当中我付出着、收获着、快乐着、进步着，即将到来的xx年我同样会用心去面对，用我的全部热情来浇灌我深爱着的事业。

回顾这一学期，既忙碌，又充实，有许多值得总结和反思的地方。

职业教育不同于普通教育，又与普通教育有密切的联系，普通教育是学习文化知识为主的基础教育，而职业教育，则是对受教育者在一定水平的教育基础上进行的专业知识技能、技巧的教育，它的特点是强调职业道德培养，着重进行实用性很强的职业技术技能培训。

而中职学校的学生来源比较复杂，大多数都是从农村或是处初中学校的学困生，参差不齐，也有这一部分学生是被各级学校三番两次筛选下来。其中相当多的学生是被家长强行送来，家长对学生的关心、关爱不够，她们已经丧失了学习的兴趣，没有理想和抱负，缺乏自信，精神萎靡不振，无心学习，更有甚者有的还有一些劣迹。因而造成舞蹈教学是一个很难的过程。

学前教育的学生，从没有接触过舞蹈，对舞蹈的理解不深，大多认为我能扭腰用跨，就是舞蹈，就会舞蹈。不爱练习基本功，怕累怕痛，课后不会自觉的去练习。所以没有学过舞蹈的人都会认为：学跳舞是一件很轻松有趣的事，其实在台上跳出一曲优美的舞蹈，在台下就必须花费很多的时间。俗话说：“台上一分钟，台下十年功！”。这个要求对于职业学校的学前教育专业的学生来说都是一个很难的过程，何况她们从来没有接触过音乐舞蹈。

根据多年的舞蹈教学，我在实践中探索、总结、再实践、再探索、再总结、取得了较好的成果，以下就是我的总结与反思：

“学海无涯，教无止境”，只有不断为自己充电，才能维持教学的青春和活力。所以，一直以来我都积极学习与专业相关的知识。我也积极参加舞蹈的各类学术和讲座。另外，我还利用书籍和网络更新自己的理念和知识，通过学习新的知识让自己树立先进的教学理念，也明确了今后教学努力的方向，随着社会的发展，知识的更新，也催促着我不断学习。利用空于时间，多看看舞蹈教学视频、舞蹈作品、舞蹈编排、让自己不断的进步。通过这些学习，不断充实了自己，更是丰富了自己的知识和见识，为自己的更好的教学实践作好了准备。

1、于20xx年8月参加了由北京舞蹈学院组织的“中国舞”等培训及考试，并取得了相应的舞蹈教师资格证书。

2、并于今年12月自己制作音乐，创编的舞蹈《我的理想》，由11级和12级的学生表演，在中职首届风采大赛中荣获“一等奖”的好成绩。

教育教学是我们教师工作的首要任务，本学期，我努力将所学应用到课堂教学实践中，力求让我的舞蹈教学更具特色，形成独具风格的教学模式，更好的体现素质教育的要求，提高舞蹈教学质量。

灵活上好每一堂舞蹈课，尽可能的做到当堂课的内容当堂完成，课后加强基本功训练和舞蹈组合练习，促使学生对舞蹈产生兴趣，同时提高学生的舞蹈水平，着重培养学生的实践能力和创新思维能力。

11级的学生已有一个学期的舞蹈基础，对舞蹈有一点的了解，兴趣也慢慢变浓厚。而12级的学生是今年才进校的学前专业的学生，对舞蹈是一种茫然，有的学生在开软开度时，怕累怕苦更是怕痛，导致了一些同学生对舞蹈产生的恐惧感甚至不喜欢舞蹈。为了解决这些问题，培养学生的舞蹈兴趣就是一个很重要的过程。我让学生欣赏了一些舞蹈作品和一些专业院校的舞蹈教学。如：1、南校艺术学校的舞蹈教学视频，让她们学习里面学生不怕苦，不怕累和痛，坚持到底的精神。2、看各民族的民间舞蹈，让她们了解各民族民间舞蹈的形成和风格的特点.3、对成品舞蹈的欣赏，让她们在其中找到舞蹈的感觉，知道舞蹈的功能是什么。

同时在教授舞蹈动作时，要有很丰富的感染力的示范动作显得十分重要，我认真对待每一个舞蹈动作，力求做到优美、到位、漂亮、投入且有亲情。让学生多模仿多练习，从而掌握动作要领，理解动作内容，经过一个阶段的练习。正面教育引导为主，对学生的每一点进步都要及时的表扬和鼓励，哪怕是一个舞步、一个点头、一个微笑都能给学生以表扬和鼓励，增强她们的自信心和积极性，对一些学困生，态度更加亲切、耐心，帮助她们克服恐惧心理，个别的辅导，只有这样做，11级的学生更进步一层，而12级的学生慢慢对舞蹈产生了兴趣，那一些不喜欢舞蹈的学生也开始接受舞蹈，慢慢的喜欢舞蹈。

反思本学期的工作，在喜看成绩的同时，也在思量自己在工作中的不足，对于舞蹈的学习还不够深入，在实践中思考得还不够多，不能及时将一些舞蹈教学思想理念和问题记录下来，进行反思，对于舞蹈教学中的特色和创新思维还不够多，今后还要努力向舞蹈前辈学生请教教学方法和经验，从而找出一些舞蹈教学的特色和创新思维进行因材施教。

两个月弹指一挥间就毫无声息的流逝，就在此时需要回头总结之际才猛然间意识到日子的匆匆。“千里之行，始于足下”，这两个多月短暂而又充实的实习，使我真正体会到作为一名文化工作者的辛苦和做一位舞蹈老师的乐趣以及责任，使我的教学经验得到了一个质的飞跃，学到了很多书本上学不到的知识。同时，它对我走向社会起到了一个桥梁的作用、过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。原先颇感忸怩的离开大学的围城生活，现在已经渐渐变得顺其自然了，这或许应该是一种庆幸，或许更应该是一种叹息，谁能说得清呢?回顾两个多月的工作，既紧张，又新奇，收获也很多。

首先，我将实习期间的工作收获总结如下：

为提高全局工作人员的整体素质，局领导组织全局进行时事政治学习，特别是xx大提出“当今时代，文化越来越成为民族凝聚力和创造力的重要源泉、越来越成为综合国力竞争的重要因素，丰富精神文化生活越来越成为我国人民的热切愿望。要坚持社会主义先进文化前进方向，兴起社会主义文化建设新高潮，激发全民族文化创造活力，提高国家文化软实力，使人民基本文化权益得到更好保障，使社会文化生活更加丰富多彩，使人民精神风貌更加昂扬向上”，使我知道文艺骨干是最积极和最具影响力、凝聚力的组织者和示范者，我们要增强自我造血功能，加快文化产业建设，创造出更多积极的、健康向上的文艺作品，使人们群众的生活更加丰富多彩。

保护和利用我市非物质文化遗产，对落实科学发展观，实现经济社会的全面、协调、可持续发展具有重要意义。在xx年初“张北大鼓”成功申报河北省第一批非物质文化遗产名录的基础上，局里人员按照有关文件精神再接再厉、加班加点，组织人员进一步整理、完善“张北大鼓”的分布状况、生存环境、保护现状及存在问题。运用文字、录音、录象、数字化多媒体等各种方式，对该非物质文化遗产深入地进行真实、系统和全面的纪录，并建立了相关档案和数据库。现已将有关资料上报省申报国家非物质文化遗产名录。

进一步加强对非物质文化遗产保护工作的责任感和使命感，要站在弘扬中华民族传统文化的高度做好非物质文化遗产保护工作，要突出工作重点、明确任务，确保非物质文化遗产保护工作的实效，保证非物质文化遗产保护工作的质量，完成好普查和保护的历史重任。

实习期间，在指导老师的帮助下，除了认真完成局里领导布置的工作任务，额外的学习河北省张家口市张北县流传已久的社火活动、二人台等民间艺术。初步了解了民间举行社火活动的时间、地点、内容以及形式，简单掌握了二人台的节奏动律、舞蹈动作特点和风格特性，弥补了自己在民间艺术知识方面的不足。

做老师容易，做好老师难，除了备课、上课，其余都是琐屑小事。有人说教师干的是良心活儿，我看有道理，做教师不需太大的办事能力，却是极其精细的话，就像艺术家对于他的作品一样要想自己的作品趋于完美，的确得花一番工夫。

通过实习期间的舞蹈授课，我发现在教授新舞蹈时，不能操之过急，一定要循序渐进地讲解清楚动作的要求、规格和要领，制定有效的练习步骤。按照由简至繁的教学原则，首先让学生熟悉音乐节奏，随后是动作练习，最后才是情绪表达。在动作练习中，将组合动作分解成单一动作，难度较大的单一动作还分解成局部动作(上肢或下肢动作)。如教授第三套健身秧歌第一段《叫技》时，我先让学生熟悉音乐，准确把握节奏，然后将舞蹈动作分解成单一动作，先教下肢脚的动作，后教上肢扇子和手绢的动作，再结合起来学习，并在这两个基础上加以表情训练。在训练过程中，还要注意训练的科学性——运动量和动作幅度符合不同年龄学生的生理特点，对其进行适度训练。

。

**舞蹈生期末总结与反思篇七**

在过去的一个多月中，在学校的带领下，与各位老师们共同奋斗，和经过了自己的用心努力，作为职工的我顺利的完成了自己的工作。在学期结束之际，以下是我的本学期工作总结：

我热衷于本职工作，在领导的关心培养和同事们的帮忙下，始终勤奋学习，积极进取，努力提高自我，始终勤奋工作，认真完成任务，履行好岗位的职责。坚持理想，坚定信念。不断加强学习。

和其他同事的人际关系也很重要，因为一个人的潜力有限，每件事的成功都是靠群众的智慧，所以和同事们团结在一齐才是成功完成领导交给的工作任务的前提，这一点不仅仅仅事工作，平时的生活中也事如此，所以团结其他同事不仅仅是个人的事也是一种工作的义务!我会履行我的义务，锻炼培养自己的交际潜力。

对于过去的得与失，我会汲取有利的因素强化自己的工作潜力，把不利的因素在自己以后的工作中排除，一个多月的工作让我在成为一名合格的职工道路上不断前进，我相信透过我的努力和同事的合作，以及领导们的指导，我会成为一名优秀的员工，充分发挥我的社会潜力，也感谢领导给我这一个适宜的工作位置，让我能为社会做出自己该有的贡献。

我相信在今后的工作中，我还是会继续不断的努力下去。虽然一年以来，我的工作还是有所瑕疵，但是这是无法避免的，因为谁也不是圣人，出错是在所难免的，所以我不会过多的苛求自己。但是我相信，只要我在岗位上一天，我就会做出自己最大的努力，将自己所有的精力和潜力用在工作上，相信自己必须能够做好。

**舞蹈生期末总结与反思篇八**

艺术教育不仅仅局限在舞台上，日常活动中我们根据学期初制定的艺术节活动方案，有计划地开展了实物写生、手工制作，玩具拼摆、劳动实践、观察自然等活动，让孩子们在活动中创造美、感受美进而学会欣赏美，使幼儿从小受到艺术的熏陶与感染。

在演出副场，我们通过展板和展台向来宾展示了孩子们的各种作品以及活动照片300余件，还向家长朋友们宣传了学前教育及育儿方法等知识，极大地丰富了艺术节的活动内容。

**舞蹈生期末总结与反思篇九**

上学期刚刚学舞蹈的时候是那么的笨拙，可如今我觉得自己成长了许多，也懂得了许多。

我觉得基础最重要，不能贪快，一定要把最简单的东西学好，不论学哪一门课，都得有这样的学习态度。这样子就不会经常犯错误，也就能跟得上老师。在学舞蹈的这个过程中我发现每学一样新动作我都会有新的收获，因为每个人关注的东西可能不一样，强调的重点可能也有差别，性格也有差别，踏踏实实学好每一个动作正好可以帮助我们修正自己平时容易忽略的地方，不断得到提高。基础打好了对以后老师讲的新内容理解的更透彻，接受的也更快。

多听音乐对我们学舞蹈也很有帮助。老师曾强调过在舞蹈中音乐的重要性，当时我还不大明白，其实对音乐的理解完全是靠感觉，平时我们上课的时候可以数一下节奏，但是真正要把音乐的内涵跳出来单单依靠数节奏是不行的，当我们的思维过分理性的集中于节奏上的时候，往往就会忽略了其他的内容。所以，我认为训练好的音乐感觉是很重要的，就是说既要掌握准节奏，又要注重音乐所表达的内容，两者结合才有可能完美。所以我平时带个mp3在身上，装一些舞曲，经常听，在放松自己的同时，也培养了音乐感觉。

平时要多练习。师傅领进门，接下来得靠我们自己练兵了。既然来了，就要争取跳得更好。那么，怎么就能跳好了呢？平时在这里我看到一些同学翩翩起舞，看到老师的精湛舞技，很羡慕。我想他们一定下了很大的功夫，或许除了他们自己，没有人知道他们曾经投入了多少、吃了多少苦。“台下十年功”的道理大家应该都知道，即使仅仅是为了把课上好，课堂之外的练习也是必要的。只要在课外有一定的投入，且方法正确，一定会有所进步。

我觉得应当重视课堂纪律，仔细听老师讲的每句话。可能因为我们的课堂气氛一直比较活跃，因为动作的不习惯，有时会嘻嘻哈哈的，所以我们有时在上课的时候也相对随意一点。上课的时候，同学之间有的在老师讲课的时候聊天，内容有课堂之内的也有与上课无关的；有的在老师在做示范的时候，急于模仿或自己在练习。从我自己的体会来说，上课的时候紧跟老师的节奏是最有效率的。老师讲课的时候一定认真听，哪怕说的是别人的缺点也应该仔细的听一下，避免以后自己也有同样的错误；老师做示范的时候不要急于模仿，俗话说“磨刀不误砍柴功”，把老师的动作要领看明白了再实践，会有事半功倍的效果，且犯错误的概率要低很多；抓住每一个练习的机会，老师上课的时候给的练习时间其实并不是很多，也就是说让老师发现缺点的机会很少、得到老师指点的机会不多，所以一定要在有限的时间里多表现，这对课外的练习会有很大的帮助。

多请教老师和学习优秀的同学对我学舞蹈也有很大的帮助。其实很多东西在我们刚开始的时候都得虚心地请教。同学之间切磋一下也是很有帮助的，我想，毕竟大家的水平都是半斤八两，有时候交流出的结果可能是错误的；还有，同学之间容易看得出动作对或是不对，但是有时候说不出错在哪里、要如何纠正，所以，我们有问题一定要多请教老师，这样子反反复复，我得到一定的提高，虽然不是很快，但就我个人来说，我已经得到了很多了，因为我学到了一种学心方法了。

另外，学习体育舞蹈对心理上也有很大的益处，这是我在学习过程中的的收获。

跳舞跳得好，使别人对你刮目相看，使自己对自己有更深一层自我价值的发现。这是个人自尊的提高。记得我上一次参加学院的爱尔兰舞蹈演出后，同学们个个称好，对一个平时羞涩的我的印象也就多了舞蹈这两个字，但我发现舞蹈这两个字不仅仅在于它本身，还在于它所包含的品格。

几乎每个同学都曾有过怯场的羞涩的上课经历，它是心理学十大恐惧之一，通过跳舞可以合我们逐步克服胆怯、恐惧，培养自信、自强。以坚定的信心和毅力去对付无数的考验与挑战。

有了自信，当然也就有了轻松的社交。舒适轻松的社交是个人四大需求之一，跳舞使你更善于人际关系，提高为人处事、公关社交的能力。刚学舞蹈的时候，不知道怎么和舞伴交流，两个人各自跳着自己的舞蹈。如今，我觉得和舞伴一起探讨学习已经变得很自然、轻松。

跳舞还可以放松精神。每次下课，都会觉得无聊，面对学习、生活的压力，我的精神常期处于紧张、郁闷的状态，在优杨、激-情的舞曲中跳几支舞，享受一下自由快乐的时光，使我的心理上得到调整，缓解由于学习、生活上常期的压力而造成的精神紧张、郁闷，保持我的青春的活力，学习也就轻松多了，心情也就阳光多了。

总而言之，来源于生活而又返源于生活，是一种非语言的交流，是一种以美化的人体动作为手段，通过有节奏、有韵律的活动，抒发人的内心感情，表达人的意志、愿望的人体动作艺术，是一种美的艺术。

一、收获。

在工作室的学习中，同伴们的示范课，应老师的指导总结，让我学到了很多。

学员王乐怡老师的舞蹈课《乡下老鼠要进城》，运用了一个有趣吸引人的故事，并将整堂课的教学内容与故事情节巧妙的联系起来，使学生在轻松有趣的氛围当中学习舞蹈，并更加能理解并展现舞蹈所要表现的情绪。老师本身扎实的舞蹈基本功，到位的示范，生动的教学语言，很值得学习。

学员冯茜老师的期末汇报课《民族舞组合》，组合中有藏族、汉族等民族的小组合，老师在运用教材时，并不是照搬，而是根据学生的特点，自己编动作，改动作，找舞蹈音乐，创编出适合学生的舞蹈小组合。学生的精彩展示，更能体现出教师的用心。

潘佳佳老师的观点报告《舞蹈之中舞蹈之外》，在舞蹈课中，训练学生的生活和学习的自理能力，培养学生的团队意识，带领学生走进舞蹈世界，认识自己肢体，让肢体说话，并认识美，发现美，创造美。

二、感悟。

舞蹈不是简单的模仿，不是枯燥的表达，而是于三度空间中以身体为语言做“心智交流”的表达艺术。

工作室指导师应真老师的舞蹈思维训练课，就有着其特殊的意义。应老师在平时的教学活动中，尊重孩子的个性，激发孩子的兴趣，发挥孩子的想象，展示孩子的创造。应老师说，每一个孩子都有自己独特的思维方式和想象空间，他们的头脑里面常常充满了各种各样有趣的想法和令人充满惊奇的创意，这是一个精彩缤纷的、专属于她们自己的小世界。只有运用好了这种训练方法，孩子们心中的小世界才能更加明亮，更加绚丽。

在期末时，应真老师还上了一节舞蹈思维训练汇报课。首先以活动操开始，让孩子们对身体部位有所认识，有所运用，并指出，相应的情境应该有相应的表情，让孩子们在活动操中根据自身创编的动作给出相应的表情。接着是孩子们自己创编的4个8拍关于动物的舞蹈动作，孩子们有的模仿猴子，有的模仿孔雀，看着孩子们活灵活现的表演，串上串下的可爱天性，让在场的老师们不禁鼓掌。情绪表演也是应老师课上的一大亮点，孩子们用舞蹈动作来表现各种情绪，喜，怒，着急，伤心，害羞等等。4个8拍的表演，让情绪的表现不单单在脸上，更多的是在肢体上。应老师认为，舞蹈应该有其独特的语言，这种语言不是用嘴来表示，而是我们的身体，我们的舞蹈动作，我们的舞蹈情感。汇报课的最后，是学生以兔子为原型，自创动作，经老师组织编排成的舞蹈小品，音乐的震撼，舞蹈的动感，学生的精彩，让人久久不能忘怀！观摩了这节课，让我突然有豁然开朗的感觉。在以前的舞蹈教学和排练中，当要求学生去表现一种情感或情境时，我都是以自己示范为主，学生来模仿，这种灌输式的教学局限了孩子们的表演，\*住了孩子们的天性，要是让他们自己去理解，去感受，去表达，去展示，也许，舞蹈才会更自然，更真实。

三、遗憾。

知识是需要消化，理论是需要实践，热情是需要展现的。

这个学期每次去参加学习回来，心里都热热的，触动满满，想法多多，可遗憾的是没有把这种热情、触动、想法融入到我的工作中。由于学校的基础建设原因，原有的舞蹈室改成了教室，舞蹈队这学期也没有进行训练，学习后的种种的想法得不到实践，得不到展现。希望在接下来的学期中，好好规划一下，做到把知识带回来，把问题带过去，真正地做到学有得，得有做，做有问，问有答，答有进。

庆幸有这个学习的机会，荣幸有很多优秀的同伴陪伴，感谢有一个真性情的好指导师，让我能够走入舞蹈世界，感受舞蹈意境，发现舞蹈之美，追寻舞蹈之梦。

《毛诗序》中有这样一段话：“情动于中而行于言，言之不足故嗟叹之，嗟叹之不足故咏歌之，咏歌之不足，不知手之舞之，足之蹈之。”形象而生动的道明了舞蹈与其姊妹艺术文学、音乐之间的共性和个性。

只要多投入、下功夫，每个人都可以取得一定的成绩。在舞蹈的世界,一个个舞的灵魂彼此撞击出来的亮光定是这个世界上最美的焰火!在这个世界上有多少人能因为喜欢而去追求的阿，学习舞蹈，一可以满足自己的爱好，二可以锻炼身体，三可以塑造体形，四可以提高气质……有这么多的好处为什么不去做呢。

。

**舞蹈生期末总结与反思篇十**

我在开展工作之前做好个人工作计划，有主次的先后及时的完成各项工作，达到预期的效果。经过不懈的努力，使工作水平有了长足的进步，开创了工作的新局面，为学校及部门工作做出了应有的贡献。

总结本学期的工作，尽管有了一定的进步和成绩，但在一些方面还存在着不足。比如有创造性的工作思路还不是很多，个别工作做的还不够完善，这有待于在今后的工作中加以改进。在新的一年里，我将认真学习各项政策规章制度，努力使思想觉悟和工作效率全面进入一个新水平，为学校的发展做出更大更多的贡献。

**舞蹈生期末总结与反思篇十一**

舞蹈是人类最古老的艺术形式之一，它是人类传情达意的产物，它符合人类身心需要的本质特征，具有愉悦身心，健美肢体，联络情感和团结群体等功能，成为人们生活中一个不可缺少的部分。小今天本站小编给大家整理了小学舞蹈教学期末工作总结，希望对大家有所帮助。

一、学生的舞蹈意识得到了较大提高，基本功进步很快。

通过软开度的训练，学员在韧带的软开度上有了显著的提高。在成品舞蹈的基础练习中，学生对音乐的节拍感，动作的张度，手臂四肢脊椎都有了一定的舞蹈意识，能较明显的表现出老师所想要的舞蹈风格。

二、学生能独立完成组合，而且完成效果较好。

本学期按舞蹈实施教学，除了一些软开端的训练，同时也给学生们做了一些体能训练，例如一些腹背肌和腹肌以及大腿肌的能力训练。为下个学期学习成品舞蹈奠定一个基础。同时也学习了较多组合，学员能独立完成其中两至四个舞蹈组合，并根据要求尽量动作到位。每学完一个组合，都会组织观摩学习活动，请学生相互学习和展示，师生共评。这样既提高了学生对舞蹈学习的兴趣和欣赏能力，也使学生具备独立完成舞蹈的机会，加强了舞蹈学习的成效。

三、学生敢于大胆展示自我，舞台表现力较好。

实践活动的目的就是通过表演性活动交流学习成果，促进学生自信心和舞蹈能力的发展。在集体舞的表演中也培养了学生相互合作的能力，学会与他人一起协调配合。

在工作中我也发现了以下一些问题和不足：

一、舞蹈在校内普及度不够，应该多组织一些活动，活跃校园气氛。

二、展示活动中学生的选择。

三、希望能有时间多编一些易学易教的舞蹈教给大家，提高大家参与的兴趣。

作为舞蹈教师，虽然我不是专业的舞蹈演员，但是我有一颗对舞蹈教学的热心，有一颗对学生教育的热心。培养学生在儿时对舞蹈产生兴趣，调整她们的形体，锻炼她们的身体协调能力。在以后的教学中我会一如既往认真教学，多培养一些特长的学生，不放弃有兴趣的学生。能够多排练一些有水准的节目出来，让学生轻盈的身姿成为我们学校一道亮丽的风景线!

首先是舞蹈的基本训练。少儿舞蹈基本训练一般分为地面训练、把杆训练、中间位置训练。地面训练的内容包括头、颈、肩、肘活动，勾绷脚、卧姿踢腿、跪下腰练习，通过这些训练，能使学生身体得到较自然、全面的活动，增强动作关节的灵活性。把杆训练的内容包括绷脚擦地、蹲、小踢腿、腰、大踢腿，这部分活动量大，教师要利用各种教学手段，提高学生训练效率。例如，在进行踢腿训练时，有的学生怕踢腿疼，不舍得用劲，我就给学生讲清楚踢腿练习的目的性，使学生逐步认识到只有腿的软开度增强了，胯、膝、踝三部位的软开度也随之提高了，提高学生练习的自觉性。通过把杆上的训练，能规范学生动作，提高动作的软开度。中间位置训练，主要是学习手位、脚位、手臂姿态、基本舞步、小跳等，通过学习能使学生了解身体各部位舞蹈动作的要点，使动作轻巧、敏捷、稳重、有持久力。例如我在教学生走步时，首先让学生听音乐走步，要合拍，能行进或原地走，然后随着学生音乐感受能力、动作水平的提高和方位知觉的发展，根据不同的音乐，表现不同的人物、不同情绪、不同节奏、不同特点走，如老爷爷走、小朋友走、轻快地走、雄壮的走等。为提高学生动作训练的兴趣，还可加入学生喜欢的动物世界中“小伙伴”的走。如鸭走、熊走、企鹅走，使学生在愉快的模仿动作过程中，达到走步训练的目的。总之，基本训练教学大致可以概括为以下四句话，即：动作要领先讲清，精讲多练不放松，勉励学生勤练功，循序渐进量力行。

其次是活动课中的舞蹈教学。小学阶段现行的舞蹈教学内容，主要分为律动、集体舞、表演舞。律动是指在音乐的伴奏下，根据音乐的性质、节拍、速度等变化做不同的律动性动作。律动可以单一动作重复练习。也可将几个关联动作组合练习。如，形象模仿动作：鸟飞、兔跳等。集体舞一般是在短小歌曲或乐曲的伴奏下，有组织、有规定的队形、位置上做舞蹈动作，一般可以反复进行，舞蹈时要求学生要有相互的感情交流，动作和谐一致。集体舞主要是用来培养学生在音乐的伴奏下变换队形，在音乐中整齐、协调的动作、树立相互合作的集体主义观念。表演舞一般是指体裁广泛、主题突出、有特定的内容、情节、角色，有画面和队形的变化，舞蹈性比较强，是部分学生参加用于演出的舞蹈。不管是什么类型的舞蹈，教师在排练舞蹈时，要给学生讲清舞蹈中的故事情节、表演时应注意什么。在教学过程要要注意引导学生观察教师的示范，并进行模仿，反复练习，达到教师的要求。例如，在排练舞蹈《花儿向阳开》时，主要动作是学生双手作动态开花状，脚下做娃娃步和小碎步，初学时，学生动作做得较僵硬，我反复示范，并用启发式的语调告诉她们：“你们就是一朵含苞欲放的小花，在阳光雨露的滋润下，欣喜的开放。”学生理解了动作的含义，头、眼、手、身段、表情的配合有了，动作也就做活了。总之，在排练舞蹈时，具体动作应由易到难，由分解到组合，精讲多练，由基本动作到串联，练习速度由稍慢过渡到原速。

在教学中，我们也尝试创建了“欣赏—模拟—学创”式小学舞蹈课教学模式——。

我们所构建的“欣赏—模拟—学创”式小学舞蹈课教学模式，是为教师在舞蹈课教学中提供的一个活动框架，它是依据教学过程发展规律而形成的一个正向的线性结构。该模式把学生在教学活动中知识及能力发展的过程分为三个阶段：欣赏—模拟—学创。三个阶段又包含了学生在学习过程中认知及情感发展的不同的六个环节：欣赏包含“初步理解”和“情感陶冶”;模拟包含“基本掌握”和“情感激发”;学创包含“巩固运用”和“情感发展”。

(1)欣赏。这是舞蹈教学模式中的第一个阶段，它的目的是让学生对舞蹈有一个初步的了解，为后面阶段提供背景和基础，培养学生良好的欣赏习惯，激发学生对舞蹈的兴趣。

(2)“初步理解”是学生了解舞蹈知识的初始阶段，其要点是认知激活、定向准备，即要使学生在此阶段，从进入教学活动开始之时便处于认知活跃状态，积极主动地去摄取知识，激发对舞蹈的兴趣，从而达到对学习目标的理解。

“情感陶冶”是通过欣赏优美的舞蹈动作，促进学生对美的认识和追求。其中美包括形象美、动作美、旋律美、服装美等。学生通过对这些美的欣赏，对美产生直观的、初步的印象，同时培养他们对音乐的感受能力，使他们在情感上产生共鸣，全身心地沉浸到情感交流和情绪体验之中，从而受到春风化雨般的感染和陶冶。

模拟。模拟阶段是学生具体学习及掌握知识的阶段，该阶段主要是通过教师的教授及学生的模仿，使学生掌握舞蹈的基本知识和技能。通过模拟阶段，使学生了解舞蹈的思想性、艺术性，让学生的舞蹈想像力受到充分启发，使其受到舞蹈艺术形象的感染;通过模拟舞蹈基本动作使学生在生理和形体上得到发展。

(5)学创。学创阶段是充分发展学生个性，启发他们想像力和创造力的重要阶段。它是在舞蹈动作的掌握、有丰富的音乐感受和一定的舞蹈知识积累的基础上，初步按歌曲或乐曲内容自编简单的舞蹈动作并表演。

根据这几年的教学实践，我认为要上好舞蹈活动课，教师要做好以下几点：第一，教师精选教材，难易适度，富有儿童情趣;第二，教师示范准确，富有感染力;第三，教师加强具体指导，及时纠正错误;第四，练习时间适度，动静交替，形式多种多样;第五，教师给学生创造表演的机会，增加舞台实践经验，提高学生学习舞蹈的兴趣，使之能持之以恒地学习下去。

为了提高自己的教学认识水平，适应新形势下的教育工作，我认真地参加学校每次的培训活动，认真记录学习内容。“脚踏实地，大胆创新”是我教书育人的。

座右铭。

本年度我继续领悟新课程标准，以新思路、新方法来指导自己的工作，认真备课、上好每一节常规课本学期我积极参加了百花奖的赛课活动，在准备公开课的过程中我虚心向组内、组外教师请教，查阅了大量的资料，最终拿出了一节符合自身风格、深受学生喜欢的公开课《跳起舞》，为本年度的教学工作添上了一个美丽的音符。

学校的bbs论坛也是我经常驻足的地方，在那里我认真学习其他教师在教育、教学中的先进经验同时也把自己好的做法、想法跟大家分享，这种方便、快捷的学习方式使我的生活更加充实。通过多种方式的学习我积累了大量的素材，撰写的论文也多次在国家、省、市、区获奖。

学校无小事，处处是教育。值周教师的工作让我有机会接触更多的学生，我非常认真地对待这项工作，并且能够富有创造性地开展。让我校的学生养成良好的行为习惯，成为讲文明、懂礼貌的学生。

二、师德表现。

关心集体，以校为家。响应学校号召，积极参加学校组织的各项活动，注重政治理论的学习，积极向党组织靠拢。配合组里搞好教研活动，认真负责集体备课记录的整理工作，抓住每一个学习的机会提高自己的业务水平。每周按时参加升旗仪式，从不缺勤。服从学校安排，人际关系融洽。本学年度全勤。

关心、热爱学生，做孩子们的好朋友。记得王校长曾经对我们说过：“虽然你面对的是五、六十个学生，他们的能力水平高低不等，但在家长的眼中他们却是唯一的，是完美的，我们不要在心里就给孩子划分出等级，那样做对孩子是不公平的。说我们教师这个职业神圣是因为我们的工作完全是良心活，没有办法去准确地衡量!”我认同王校长的话，所以我用爱心浇灌稚嫩的花朵，课堂上严格要求，课下每一个孩子都是我的朋友，一年的努力换来的是孩子们开心的笑脸，我经常听孩子们说：“赵老师，如果能每一天每一节课都是你给我们上课那该多好呀!”听到孩子这样的话我所有的付出都值得!

我负责的校舞蹈队可谓是本年度的一个工作亮点，今年编排的舞蹈《好运来》获得了\*\*区中小学生文艺汇演的一等奖，我本人也被评为优秀指导教师和\*\*区第xx届校园艺术节活动的优秀组织工作者。在代表学校参加\*\*省督导评估检查的活动中，孩子们的表演打动了在场的所有领导，受到了领导们的高度赞扬。在\*\*区教育局的新年联欢会上，舞蹈《好运来》代表\*\*区的中小学生为参加联欢的领导们作精彩的表演，迎来了阵阵掌声。为了庆祝建队\*\*周年，团省委在\*\*省电视台筹备了一民族精神代代传的晚会，我校舞蹈队也光荣地被邀请表演创作歌舞《美丽的鲜花献给你》，整个舞蹈从排练到演出只有七天时间，而且恰巧赶上长假，我和孩子们放弃了休息时间，每天早早来到学校进行排练，功夫不负有心人，在节目预检的时候我们就受到了团省委领导和电视台导演的高度赞扬，说我们的节目是“放心节目、效果好、符合晚会气氛……”\*\*月22日晚会在\*\*省电视台播出，效果非常好，坐在家里，通过电视当看到我们复华小学的名字出现在电视屏幕上的时候，我相信每一个复华人的心情都会无比的激动。

为了让舞蹈队的孩子能够学到更多、更新的知识，我放弃个人休息时间外出进修，经过不懈的努力我又在今年拿到了澳大利亚踢踏舞和爵士舞的教师任教资格证书，这时的我站在课堂上无愧于自己也无愧于孩子，孩子们在我的课堂上学到的舞蹈不会是过时的，我也不是在吃自己的老底儿，而是把新鲜的果实摘给孩子们，让活力和激情在舞蹈的课堂上涌动。

我是一个对集体充满了热情的人，勤勤恳恳、脚踏实地使我的工作作风，助人为乐是我的快乐之本，只要是对学校对大家有好处的事情我都会不计较个人得失，把他完成好。工作中我付出着、收获着、快乐着、进步着，我会用心去面对，用我的全部热情来浇灌我深爱着的事业。

。

**舞蹈生期末总结与反思篇十二**

我以“志存高远、爱岗敬业、为人师表、教书育人、严谨笃学、与时俱进”来督导自己的言行，认真参加政治学习，做好读书笔记。爱岗敬业，具有强烈的责任感和事业心，积极主动认真的学习专业知识，工作态度端正，认真负责。在更新观念的基础上，时刻反思教育教学行为。

**舞蹈生期末总结与反思篇十三**

社会经济的快速健康发展极大的改善了人们的生活水平，大学生的身体素质也十分良好，但是，有很多的大学生因为缺乏一些劳动锻炼，致使其身体素质和机能偏弱。在进人高校后，由于远离家庭，在新的生活和学习环境中，他们需要学会自己处理学习和生活中遇到很多问题。在大学的生活、学习中存在的复杂的人际关系、一些竞争和感情方面的困惑使得很多的大学生经常感觉到沮丧和疲惫以及焦虑。这严重影响到了大学生的心理健康，相当一部分大学生的身体素质开始下降，抵抗挫折的能力也降低。

2、研究对象和方法。

研究对象某高校大学三年级普通大学生体育舞蹈选项班四个班的学生140人。

研究方法。(1)问卷调查法通过发放scl一90自评表进行调查。该表目前为国际通用的心理自评量表。发放量140份，收回136份，回收率97%;(2)实验法通过体育舞蹈教学，对受教者进行教学前后的身体、心理等素质进行对比;(3)统计法将实验所涉及到的数据进行分类统计，并用spss软件进行分析。

3、结果与分析。

问卷调查结果分析。

通过对本学期四个班总共140人的学期初和学期末的两次调查问卷进行分析和统计后，发现在学期末进行的心理测试中，心理健康水平高于学期初的心理健康水平。而且两者之间的差异是显著的。

两次调查的scl一90因子结果分析。

在表2中的8项因子中;第二次均比第一次的要低。而在这些因子其中，“抑郁”和“焦虑”等因子有显著差异。这足以说明，体育舞蹈可以在音乐中使大学生交流自己的情感和抒发或是释放生活中遇到的压力。大学生通过对于舞蹈的学习，不仅仅可以丰富自己的业余生活，同时也提高了人际交往的能力。更重要的是，在体育舞蹈的学习过程中，很多大学生的疲劳感得到了消除，并充分缓解了紧张的大脑皮层状态。众所周知，长时间的抑郁或是兴奋都会使情绪和思维混乱，进而增加自己的心理负担，进而会导致精神和身体上的疾病。而体育运动则在体育锻炼的同时，要求参与者充满自信，每一个动作的完成都需要充分的调动身体去尽情的展示。这在某种程度上对调节和促进大学生的心理健康发展有着积极的作用。

提高了学生的综合素质。

学生综合素质的提高主要是从以下两个方面表现出来的:首先，体育舞蹈帮助学生塑造了优美的体型，并提高了学生的身体素质。通过体育舞蹈课程的锻炼增加了学生的运动量，这不仅可以帮助学生减少过多的脂肪，同时也可以使学生拥有一个健康的体魄;其次，增强了学生的自信心，也帮助学生结交了更多的朋友，扩大了学生的人际圈。这也为今后学生在社会上能够更好的融人社会奠定了基础。而且，通过结交朋友，也可以使自己的思想和周围的人融人到一起，使学生不会感到自卑和孤独感，进而增加学生的自信心。

4、总结。

体育舞蹈作为一种和传统舞蹈以及和体育运动相结合的新兴体育运动，可以有效的促进学生的身体健康和心理健康的发展。同时，在体育舞蹈的学习过程中，可以提高学生审美观念，并最终达到了提高学生综合素质的目的。

体育舞蹈可以激发学生学习的热情，激发学生的想象力和创造力，同时又能够促进学生思想、道德和智力水平的提升。通过体育舞蹈的教学可以教育学生去追求更高的思想境界，并在不同的层面上提高大学生的精神素质和道德修养。

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！