# 《舞蹈》实践教学大纲

**课程名称：舞蹈 课程类别：教师教育必修课**

**适用专业：学前专业 考核方式：考查**

**学时、学分： 64学时 2学分 其中实践学时：64学时**

一、课程实践目的

通过舞蹈课的教学，使学生基本掌握形体训练、民间舞及幼儿舞蹈方面的基本理论知识和实践操作能力，具备从事幼儿教育工作中针对幼儿舞蹈教育必备的知识技能和运用到工作中的实践能力，使学生具备幼儿舞蹈教育和研究的基本能力。

二、课程实践要求

学前教育专业舞蹈课程的教学要注意提高学生对幼儿心理、生理成长的特点，及幼儿运用发展情况、接受水平方面在舞蹈教学中的配合及运用，有效的进行幼儿舞蹈课的学习及发展研究。让学生了解舞蹈的基础知识，掌握其体态动律风格特点。

三、课程实践内容

第一部分 舞蹈基础训练及基本知识（32学时）

第一单元 舞蹈软开度及地面组合

**1．教学内容**

了解舞蹈软开度基本训练方法、正确站姿、舞台方位、手形、手臂位置动作等相关知识，使学前教育学习通过舞蹈、形体的简单训练，掌握舞蹈与幼儿心理、生理发育的相应结合与发展。

**2．重、难点提示**

（1）站姿：头部正直；肩部放松；胸部挺起；背部直立；肩胛向后；腹部收回；胯部提起；臂部收缩；膝盖伸直；腿部收紧

（2）舞台方位：了解舞蹈中的方法术语

（3）手形、手臂位置、动作：手形中的掌、指、拳；手臂基本方位及术语；手臂动作的训练及术语。

第二单元 韵律及地面组合

**1．教学内容**

进行地面韵律素质的训练，掌握各关节的基本动作韵律训练，使学生简单掌握韵律的训练方式、方法。

**2．重、难点提示**

勾蹦脚练习；脚的环动；转头胸练习；抬腿（单、双）；勾蹦分腿；腹肌；两头起；起胸腰；背肌（单、双）；踢腿

第三单元 把上训练

**1．教学内容**

通过对扶把方式及把上动作的训练，使学生对全身各关节灵活肌肉的收紧、韧力及开度的动作配合有简单的掌握、了解。

**2．重、难点提示**

双手、单手扶把擦地的训练意义、做法、规格及训练；双腿蹲的做法、规格及训练；踢腿的做法、规格及训练；腿的环动做法、规格及训练；单腿蹲的做法、规格及训练；压腿的方法、规格。

第四单元 把下及舞姿

**1．教学内容**

通过对把下的动作、步伐及小舞姿的训练，使学生逐步掌握动作中重心、姿态、舞姿、韵律、节奏、呼吸的有效配合。

**2．重、难点提示**

基本脚位、姿态；基本步伐；小舞姿训练与节奏、呼吸、韵律的配合。

学时分配

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **章目** | **教学内容** | **实践教学学时** |
| 一 | 舞蹈软开度及地面组合 | 8 |
| 二 | 韵律及地面组合 | 8 |
| 三 | 把上训练 | 8 |
| 四 | 把下及舞姿 | 8 |
| 总计 |  | 32 |

第二部分 民族民间舞（32学时）

第一单元 藏族体态、动律

**1．教学内容**

通过对藏族的了解、学习，基本掌握藏族动律特点，了解民族民间舞的简单知识。

**2．重、难点提示**

体态，保持膝盖松弛，上身前倾；掌握踢踏、弦子基本动律。

第二单元 东北秧歌体态、动律

**1．教学内容**

通过对东北秧歌的了解、学习，基本掌握东北秧歌动律特点，了解民族民间舞的简单知识。

**2．重、难点提示**

体态，保持上身略前倾；动律，表现带“艮劲儿”的“步”，带动上肢随重心移动的“扭”，又波及到手腕的“花”；常用手位、脚位及手中花运用。

学时分配

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **章目** | **教学内容** | **实践教学学时** |
| 一 | 藏族体态、动律 | 16 |
| 二 | 东北秧歌体态、动律 | 16 |
| 总计 |  | 32 |

四、指导教师的责任

认真备课、讲课，合理制定教学进度，在教学实践中，注重基础知识和基本技能的传授，充分调动学生的学习积极性和主管能动性，认真开展教研活动，不断提高教育教学质量。

五、考核方式

**1.考核方式：**

考试

**2.成绩构成：**

平时成绩20%，期末成绩80%

六、成绩评定评分标准

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目** | **内容** | **评价标准** | **分值** |
|
| 本学期基础内容 | 动作要求 | 动作准确无误，身体有一定协调感 | 20分 |
| 柔韧及舞姿 | 腰、腿、肩等身体个部位有一定的柔韧性 | 20分 |
| 风格把握 | 能较好的把握领会所学舞蹈风格特点 | 20分 |
| 情感表达 | 感情表达真切，有一定的感染力 | 20分 |
| 音乐表现力及节奏感 | 对音乐的理解和表现要充分恰当 | 20分 |

成绩分优（90分以上）、良（80—89分）、中（70—79分）、及格（60—69分）、不及格（59分以下）五个等级评分。