

# 信息服务系2022-2023学年度第一学期教学计划

授课课程	舞蹈				任课教师	张林艳	所教班级	22酒店
教学计划内容								
理论教学计划内容		所需时间	预期目标	实训教学计划	所需时间	预期目标		
1	地面基本训练	6课时	地面的动作是在双腿没有体重负担的情况下，进行各种关节、韧带、肌肉的素质训练和能力训练，对于初学者在尚未有能力控制自己身体的情况下，这是一种较好和科学有效的训练手段。					
2	扶把基本训练	6课时	学生通过扶把训练能掌握身体各部位舞蹈动作的要点以及锻炼身体各部位的柔韧性与肌肉能力，为各种技巧训练及舞蹈表演打下良好的基础。					
3	中间基本训练	8课时	经过长期实践积累起来的富于深刻表现力和风格韵律的动作，对舞姿、舞蹈技巧具有连接和辅助作用。					
4	幼儿舞蹈创编	12课时	了解幼儿舞蹈的基本知识与方法，培养幼儿舞蹈的组织指导能力；了解幼儿舞蹈的特点，并能自学、记录和初步创编幼儿舞蹈。					

5	古典舞身韵训练	9课时	掌握小五花、双晃手、穿手和云手的动作要领并进行练习；了解并掌握古典舞的圆场步及花梆步并进行相应练习；掌握把上一位擦地、五位擦地、蹲、腰的动作并进行练习。			
6	舞蹈欣赏	8课时	了解并学会欣赏中国古典舞蹈；了解芭蕾的起源及发展并掌握芭蕾的欣赏要素，学会欣赏芭蕾；了解并学会欣赏现代舞。			
7						