

打腰鼓的心得体会 健身腰鼓心得体会 会(汇总10篇)

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。那么你知道心得体会如何写吗？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

打腰鼓的心得体会篇一

第一段：引言（100字）

健身腰鼓作为一种传统文化艺术形式，近年来在现代社会中越来越受到关注。我有幸参加了一节关于健身腰鼓的训练课程，从中收获了许多身心上的益处。在这个快节奏的生活中，坚持健身腰鼓不仅可以提升自身的身体素质，还能帮助舒缓压力、调节情绪。在下面的文章中，我将分享一些我在健身腰鼓训练中获得的心得体会。

第二段：身体素质的提升（200字）

健身腰鼓是一项对全身进行锻炼的运动。通过腰鼓的摆动和舞蹈动作，可以锻炼到全身的肌肉，包括腰部、腿部和手臂等。在我参加了一段时间的训练后，我发现自己的身体变得更加灵活和有活力，尤其是腰部和腿部的力量得到了明显的增强。此外，健身腰鼓还可以帮助改善身体的协调性和平衡能力，使我更加灵敏和稳定。这种全面的锻炼对于提高身体素质非常有效，不仅能保持健康的体魄，还能增强抵抗力，预防疾病的发生。

第三段：心理调节的效果（300字）

除了对身体素质的提升，健身腰鼓对心理层面的调节效果也

是非常显著的。在我参与训练的过程中，我发现自己的焦虑和压力得到了有效的缓解。每当我身临其境地感受到腰鼓的节奏和舞蹈的激情时，我感觉自己完全投入其中，忘却一切烦恼和困扰。健身腰鼓让我感受到一种非常特别的互动体验，每一次的击打和舞动都伴随着我身体的活力释放。这种自由的表达方式不仅让我得到心灵上的放松，还让我感受到自己的存在和生命的力量。

第四段：团队合作与社交交流（300字）

健身腰鼓是一种需要团队合作的运动。在训练课程中，我结识了许多志同道合的朋友，并且与他们一起积极参与到腰鼓表演的过程中。通过与队友们的配合，我体会到了团队协作的重要性，学会了倾听他人的声音，并且发现了自己在团队中的独特贡献。此外，健身腰鼓也为我们提供了一个与他人进行交流和互动的机会。在表演中，我们可以通过肢体语言和微笑来传递情感和共鸣，这不仅增进了我们之间的友谊，还拓宽了我对不同文化习俗的理解。通过健身腰鼓，我不仅提升了自身的身体素质，还培养了团队合作和社交交流的能力。

第五段：结语（200字）

通过参与健身腰鼓训练，我深刻地意识到健身腰鼓不仅是一种传统文化艺术形式，更是一种身心灵的全面锻炼方式。健身腰鼓不仅能够提升身体素质，还能帮助调节情绪、缓解压力。此外，健身腰鼓还为我们提供了一个与他人交流、合作和共享的平台。通过健身腰鼓的锻炼，我不仅提升了自身的身体素质，还收获了友谊和快乐。我相信，只要坚持不懈地进行健身腰鼓训练，我们一定能够拥有健康的体魄和积极的生活态度。

打腰鼓的心得体会篇二

- 1、 整体感悟，能发表自己的见解。
- 2、 品味排比句式的节奏、气势与激情，感受安塞腰鼓所宣泄的生命力量。
- 3、 学习本文由写实到写意的写作手法。

本文既用写实的笔触描绘了气势磅礴的腰鼓表演，塑造了可触可感的艺术形象，又用更多的笔墨写意。如何引导学生借助文字描绘再现形象领略意境是教学的难点；引导学生品读描绘形象、揭示内涵的排比句，从不同角度、层面感受安塞腰鼓的所宣泄的生命力量，并发表对课文的见解即教学的重点。

1、 多媒体助学 2、 诵读导学

安塞腰鼓是我国北方具有代表性的优秀民间舞蹈之一。有人这样形容道：安塞腰鼓表演起来有股能劲，挥槌有股狠劲，踢腿有股蛮劲，跳跃有股虎劲，转身有股猛劲，全身使出一股牛劲，看了叫人带劲，听了给人鼓劲，实实在在足劲！今天我们学习陕北作家刘成章写的《安塞腰鼓》这篇文章，借助作者的生动描摹，跟着安塞腰鼓的节奏，体会它的气势，感受其中的生命律动。

(一)首先请大家欣赏全文朗读，在整体感知的同时，根据板书理清作者的写作思路。

- 1、看表演片断，听全文朗读(配乐、配画面)。
- 2、引导学生划分结构层次。
- 3、划出文中高度概括安塞腰鼓所宣泄的生命力量的一句话：

容不得束缚，容不得羁绊，容不得闭塞。是挣脱了、冲破了、撞开了的那么一股劲！

(二)讲读，重点突破。

1、过渡：安塞腰鼓是一曲生命与力量的礼赞，为了表现生命挣脱束缚、冲破羁绊、撞开闭塞的雄浑粗犷的力量，作者十分注意形式与内容的和谐。我们重点品读其中一个片断，感受作者是怎样造成一种快速跃动的节奏、排山倒海的气势，来与所要歌颂的生命的力量相辅相承的。

2、精读第二部分第一层次。

播放范读片断(配乐、配画面)，指导朗读，结合具体语境感受分析排比修辞的表达效果。

(1)问：本文段突出地使用了什么修辞手法?这种手法有什么表达效果?

(排比。给人一气呵成之感，语言畅达，节奏感强，有气势，能增强文章的说服力和感染力。)

(2)请同学朗读本文段的排比句，要求读准重音，读出节奏、气势。

一捶起来就发狠了，忘情了，没命了!(增强气势)

(3)骤雨/一样，是急促的/鼓点;旋风/一样，是飞扬的/流苏;乱蛙/一样，是蹦跳的/脚步;火花/一样，是闪射的/瞳仁;斗虎/一样，是强健的/风姿。(节奏感强，渲染动感形象)

黄土高原上，爆出一场多么壮阔、多么豪放、多么火烈的舞蹈哇安塞腰鼓!(感情充沛，富有感染力)

(4)这腰鼓，使冰冷的空气立即变得燥热了，使恬静的阳光

立即变得飞溅了，使困倦的世界立即变得亢奋了。

使人想起：落日照大旗，马鸣风萧萧！

使人想起：千里的雷声万里的闪！

使人想起：晦暗了又明晰、明晰了又晦暗、尔后最终永远明晰了的大彻大悟！（层层推进，一气呵成）

(5) 容不得束缚，容不得羁绊，容不得闭塞。是挣脱了、冲破了、撞开了的那么一股劲！

(排山倒海，气势磅礴)

小结：本文段使用排比，将安塞腰鼓的力与美推到极致。
(配合音乐、看画面齐声朗读。)

安塞腰鼓不仅带给我们视觉形象上的刺激，更带来思想情感上的震撼。看来艺术欣赏不仅要察其形，更要重其意。我们再来探究一下作者是如何将写形与写意结合起来，从不同角度、侧面展示安塞腰鼓的美的。

如骤雨，如旋风，如乱蛙，如火花，如斗虎这是安塞腰鼓的形；

挣脱了束缚、冲破了羁绊、撞开了闭塞这是安塞腰鼓的意；

使人想起使人想起使人想起联想和想象是联结形与意的纽带。

3、小结：作者利用排比句式的节奏、气势与激情，再现安塞腰鼓的恢弘气势，又运用由写实到写意的艺术描摹手法，揭示了安塞腰鼓所宣泄的生命力量。现在请大家快读文章其他部分，品味精彩语句，说说自己对安塞腰鼓的感受。（解决课后练习三）

打腰鼓的心得体会篇三

腰鼓表演是一项独特而精彩的艺术形式，我有幸参与了其中，并从中获得了许多宝贵的经验和体会。在这篇文章中，我将分享我在腰鼓表演中所学到的心得体会，包括个人成长、团队合作、艺术表达以及自信心的培养。通过这些体会，我深深认识到了腰鼓表演的独特魅力和价值。

首先，腰鼓表演让我得到了个人成长的机会。在准备表演过程中，我不仅需要掌握丰富的技巧和动作，还要面对自己的不足和不断的挑战。我曾经觉得自己的力量和耐力不够，在多次反复练习之后，我渐渐掌握了更多的技巧和动作，并感受到了自己的成长和进步。通过不断努力和坚持，我激发了内心的能量，并超越了自己的极限。

其次，腰鼓表演需要与团队紧密合作。在表演中，每个人都扮演着不可或缺的角色。我们需要共同努力，协调配合，确保整个表演的顺利进行。团队合作是成功的关键，无论是练习的过程还是实际的表演中，相互之间的信任和支持是不可或缺的。在团队中，我们相互鼓励和帮助，在互相学习和进步的同时，也更好地理解彼此之间的差异和优点。通过团队合作，我学会了与他人共事、分享、倾听并取长补短。

第三，腰鼓表演是一种独特的艺术表达方式。通过不同的鼓点、节奏和舞蹈动作，我们能够表达出丰富的情感和内涵。在表演中，我学会了用自己的身体和灵魂去演绎，通过每一个动作和音符，传达出自己的情感和表达。这让我更加深入地理解到艺术的力量和魅力。腰鼓表演不仅是一种动作的表达，更是一种心灵的沟通，让观众能够感受到表演者的情感和共鸣。

最后，腰鼓表演培养了我的自信心。最初，我对自己的表演能力和展示自己的勇气有所怀疑。然而，随着每一次的演出和得到观众的肯定，我逐渐建立了自信心。我学会了相信自

己的能力，也学会了面对挑战和困难时不轻易放弃。自信让我有了勇气去尝试新的表达方式，也让我更加敢于面对舞台上的观众，而不是被他们所压倒。

综上所述，腰鼓表演给我带来了个人成长、团队合作、艺术表达以及自信心的培养。我从中获得了宝贵的经验和体会，并且深深认识到了腰鼓表演的独特价值和魅力。无论是在个人生活还是职业发展中，这些经验和体会都将对我产生积极的影响，并且成为我一生受益的财富。

打腰鼓的心得体会篇四

- 1、通过朗读，感受其中生命的律动，理解文章的主旨。
- 2、揣摩语言中包含的情感和深韵。
- 3、了解本文的写作特点。

这是一篇气势恢弘的散文诗。对这样的文章，先指导学生朗读，从诵读中体会它的气势，实现整体感悟。然后启发学生自己发现文章的内容美、形式美，通过讨论，揣摩句子含义，体会文章的写作特点，实现语言文字的内化。最后，比较阅读，进行文艺鉴赏。教学设备：利用多媒体技术，加强直观性，提高教学效果。

一、启发谈话，创设情境

1、播放一段安塞腰鼓的录像

欣赏录像

2、问：看了之后，你有什么感受？

各抒己见

3、思考后回答：

二、诵读，整体感悟

1、倾听学生朗读

几人分段朗读课文

2、指名评价

对同学的朗读简单评价

3、指导朗读

齐读

4、问：你觉得这篇文章的主旨

思考回答：歌颂激荡的生命是什么？和磅礴的力量

三、揣摩句子含义，体会本文写作上的特点

1、读了本文，你喜欢哪些语段，讨论回答为什么？

2、教师相机归纳出本文两个写作

3、教师答疑，

质疑，讨论句子含义

四、比较阅读

比较《安塞腰鼓》与《敬畏生命》

2. 回忆、联想里有没歌颂生命和力量的作品？

五. 布置作业附板书:

歌颂激荡的生命和磅礴的力量铿锵的短句

打腰鼓的心得体会篇五

第一段：介绍腰鼓比赛的背景和重要性（200字）

腰鼓比赛是中国传统文化中的一项重要活动，一直以来在全国各地举办。腰鼓比赛是一种体现民俗文化的形式，也是对中国传统艺术的一种弘扬和传承。参与腰鼓比赛不仅能够增进人与人之间的交流，还可以提高参赛者的表演技巧和团队协作能力，对于培养青少年的艺术修养和团队意识也有积极的作用。个人参与腰鼓比赛，我从中学到了许多宝贵的经验和心得。

第二段：讲述在腰鼓比赛中担任队长的经历和感悟（300字）

在腰鼓比赛中，我有幸担任队长的角色。作为队长，我需要带领团队进行排练、制定比赛策略以及解决队伍中出现的问题。一开始，我面对的就是团队成员之间的沟通问题。为了解决这个问题，我组织了团队建设活动，以增进队员之间的了解和信任。同时，我也积极引导队员们发挥各自的优势，形成合理的分工。在比赛过程中，虽然遇到了各种困难，但通过队员们的共同努力，我们最终获得了团体一等奖。这次经历让我深刻体会到团队的重要性，只有团队的凝聚力和配合度能够使得我们取得成功。

第三段：谈论在腰鼓比赛中的技巧和心得（300字）

在腰鼓比赛中，技巧和表演风格是取得好成绩的重要因素。首先，我们要重视基本功的训练，例如敲打节奏的准确性和力度的控制。其次，我们还要注重与音乐的配合。音乐给予了我们很大的灵感和指引，我们需要学会感受音乐的节奏和

情感，并且灵活运用表演中去。再次，我们要注重舞台形象的塑造。这不仅包括身体的着装和形态，还包括面部表情和肢体语言的表达。最后，我们需要发扬团队的集体荣誉感。这样的心态可以帮助我们和队友之间保持良好的合作关系，也能让我们在比赛中更加努力，为团队争取更好的成绩。

第四段：谈论参与腰鼓比赛的收获和意义（200字）

通过腰鼓比赛的参与，我不仅提高了自己的表演技巧和艺术修养，还培养了自信心和团队合作精神。在与队友的合作中，我学会了倾听和尊重他人的意见，并且学会了与人合作共事。同时，我也充分体验到艺术表演中的快乐和成就感。腰鼓比赛不仅锻炼了我们的耐力和创造力，更为我们提供了一个展示自我的舞台。

第五段：总结腰鼓比赛的体会和展望（200字）

参加腰鼓比赛是一个充满挑战和收获的过程，它教会了我许多珍贵的经验和本领。在未来，我希望能够继续参与腰鼓比赛，不断提升自己的艺术水平和认识水平。我相信，这些经历和体会将会对我的人生产生深远的影响，使我成长为一个更具艺术修养和团队精神的人。

打腰鼓的心得体会篇六

腰鼓表演解说词：铿锵的鼓点，撞击年轻的心扉，激昂的旋律，振奋人心。看啊伊宁市奶牛场中学腰鼓队正迈着矫健的步伐向主席台走来，他们抖动的红绸像艳丽的火炬，这腰鼓使恬静的阳光变得飞溅，这腰鼓使凝滞的空气变得燥热。几十个腰鼓发出的响声，欲捶欲烈，震耳欲聋。隆隆、隆隆、是严峻的思考，豪放的抒情。隆隆、隆隆是美好的祝愿，诚挚的欢迎。欢迎尊贵的客人，欢迎你们，奶牛场的父老乡亲。

五星红旗迎风飘扬，胜利歌声多么响亮；

歌唱我们亲爱的祖国，从今走向繁荣富强。

歌唱我们亲爱的祖国，从今走向繁荣富强。

越过高山，越过平原，跨过奔腾的黄河长江；

宽广美丽的土地，是我们亲爱的家乡。

英雄的人民站起来了！我们团结友爱坚强如钢。

五星红旗迎风飘扬，胜利歌声多么响亮；

歌唱我们亲爱的祖国，从今走向繁荣富强。

歌唱我们亲爱的祖国，从今走向繁荣富强。

我们勤劳，我们勇敢，独立自主是我们的理想；

我们战胜了多少苦难，才得到今天的解放！

我们爱和平，我们爱家乡，谁敢侵犯我们就叫他灭亡！

五星红旗迎风飘扬，胜利歌声多么响亮；

歌唱我们亲爱的祖国，从今走向繁荣富强。

歌唱我们亲爱的祖国，从今走向繁荣富强。

东方太阳，正在升起，人民共和国正在成长；

我们领袖毛泽东，指引着前进的方向。

我们的生活天天向上，我们的前途万丈光芒。

五星红旗迎风飘扬，胜利歌声多么响亮；

歌唱我们亲爱的祖国，从今走向繁荣富强。

歌唱我们亲爱的祖国，从今走向繁荣富强。

该版本歌词是目前主要传唱的版本。现在各种主要场合播放或演唱的就是这个大合唱版本。这个版本的歌词与1965年《东方红》的合唱版几乎没有差别。但在第4段最后一句“谁敢侵犯我们就叫他灭亡”，在1965年《东方红》中唱的是“谁敢侵犯我们就叫他死亡”。这一字之差还与周恩来有关。20世纪60年代初的一个春节，周恩来在天津干部俱乐部请王莘指挥大家唱《歌唱祖国》。周总理和同志们站在一起，当听到“谁敢侵犯我们就叫它灭亡”时，总理问王莘，是“灭亡”还是“死亡”？总理说：我看你写的是“死亡”，对吗？我看还是“死亡”好。所以在《东方红》大合唱中就唱的是“死亡”。

评论(0)0 0

黄河猛、长江长，中华民族灿烂的文化，汇入历史的长河，胜利的歌

声永远，我们心中激荡。请欣赏` ``班的《歌唱祖国》

2、精品腰鼓表演：美丽的图画

腰鼓队解说词

追逐着和煦的春风，沐浴着明媚的阳光，张家洼中心小学腰鼓队的队员们迈着整齐的步伐，欢快地走向表演场地。

看！他们精神饱满、激情飞扬，120名少年儿童像朵朵盛开的鲜花，充满活力，充满朝气。听！镗声铿锵，鼓声震震，欢腾腰鼓敲出了张家洼中心小学人的自信，敲出了张家洼中心小学人的情怀，他们是我们张家洼中心小学的骄傲！

听！鼓声激荡；看！彩绸欢舞；表达了张家洼中心小学对创建一流学校的信心。

瞧，操场中央襟飘带舞。铿锵的腰鼓声，撞击年轻的心扉，激昂的旋律，奏响张家洼中心小学动人的赞歌。

“马步跳跃动作”，左腿大步前跨，右腿发力蹬地而起，势若龙腾虎跃，显示出一种顽强拼搏的精神状态。

腰鼓队的鼓手们鼓槌挥舞，彩绸翻飞，鼓声如雷，震撼大地，声势逼人，极富感染力。

腰鼓，早在秦、汉时期，就被驻防将士视同刀枪、弓箭一样不可少的装备。遇到敌人突袭，就击鼓报警，传递讯息；两军对阵交锋，以击鼓助威；征战取得胜利，士卒又击鼓庆贺。随着时间的流逝，腰鼓从军事用途逐渐发展成为当地民众祈求神灵、祝愿丰收、欢度春节时的一种民俗性舞蹈，从而使腰鼓具有更大的群众性，但在击鼓的风格和表演上，继续保留着某些秦汉将士的勃勃英姿。

瞧，队形已变为旋转的五环，五环象征着奥运精神，旋转的舞动充满了青春的活力。

安塞腰鼓源远流长，风格独特，它融舞蹈、歌曲、武术于一体，具有队形多变，刚劲豪放的特点。

感谢腰鼓队给我们的精神鼓舞。

腰鼓队员们威风八面：时而如蜻蜓点水，时而如雄鹰展翅；时而如春燕衔泥，时而如烈马奔腾。看，他们粗犷豪放的动作，婀娜曼妙的舞姿，精准娴熟的变换，无不体现出张家洼中心小学人奋发图强、积极向上，自强不息的精神风貌。

这支腰鼓队是由三年级120名学生组成。这120朵浪花正幻化

成奋进的海，令每一个弄潮儿心胸都无比豪迈，这是时代的大潮，它们正迎难而上，向人们展示着不屈的雄浑。

鼓是精神的象征，舞是力量的表现！鼓声激越，流苏飞扬。瞧，这群活力四射的少年，把我们的欢乐，我们的幸福，用鼓声在这里忘情地展示。为了家乡的明天，为了祖国的未来，他们暗下决心：努力学习，为家乡添彩，为祖国增光，！

让我们和着腰鼓的旋律，与红日共舞，伴新教育同行。携手张家洼人民谱写更加华美的乐章！

打腰鼓的心得体会篇七

打腰鼓，作为一种传统的民间艺术表演形式，一直以来都深受人们的喜爱。并且，近些年来，打腰鼓在各地都举办了不少比赛和演出活动，让更多的人感受到了这种独特艺术的魅力。最近，我参加了一个打腰鼓培训班，并有幸亲身体会了打腰鼓的乐趣。下面就让我来分享一下我对打腰鼓的心得体会。

首先，打腰鼓需要团队的合作。在培训班中，我和其他学员一起练习打腰鼓。每个人手拿着节奏明快的鼓槌，有规律地敲打着腰鼓。我们需要密切配合，通过相互听觉和观察，确保每个人的鼓点都精准而有力。只有团队中每个成员都做到这一点，才能演奏出令人心醉的腰鼓乐曲。通过与团队的合作，我不仅学到了如何与他人协作，还收获了相互支持和信任的感受。

其次，打腰鼓能够提高个人的集中力和耐心。在练习过程中，我发现打腰鼓需要专注力。一旦分心，就可能打乱整个团队的节奏。因此，我必须集中精力，全神贯注地敲打鼓点。同时，打腰鼓还要求持久的耐心。一首曲子的演奏往往需要很多次的重复练习，而且在整个演奏过程中，可能会出现各种失误和困难。但是，只要我保持耐心，持之以恒，就能够克

服困难，并不断提高自己的技术水平。

再次，打腰鼓给我带来了对中国传统文化的认识和理解。腰鼓是我国古老的民间乐器，它蕴含着丰富的文化内涵和历史意义。通过打腰鼓，我了解到了腰鼓的起源、发展经历以及各种传统工艺的制作方法。打腰鼓也是一种传统艺术表演形式，它与舞蹈、戏曲等艺术相结合，在表演过程中展现了中国独特的文化特色。通过深入学习和体验打腰鼓，我更加热爱和珍视自己的文化遗产。

最后，打腰鼓不仅是一种艺术表演形式，也是一种锻炼身体运动。在打腰鼓的过程中，我会做出各种不同的动作，拉伸身体并增强肌肉力量。这对于改善体态、提高力量和灵活性都有很大的好处。此外，打腰鼓还会增强心肺功能和协调能力，让我在享受音乐的同时，也得到了身心的双重锻炼。

总之，在参加打腰鼓培训班的这段经历中，我深刻感受到了打腰鼓的魅力。通过团队合作、集中力和耐心的训练，我对自己的个人素质有了更深入的认识和提高。同时，通过了解和体验打腰鼓，我对中国传统文化有了更深的理解和热爱。无论是艺术表演还是身心锻炼，打腰鼓都给我带来了无尽的乐趣和回忆。

打腰鼓的心得体会篇八

本文以铿锵磅礴的语言，瑰丽奇伟的想象，用一个个宛如鼓槌的汉字，在那天地之间，雄浑厚重的黄土高原之上，为我们鼓荡起一场惊心动魄、惊天动地的安塞腰鼓，那生命滔滔的激流，仿佛汹涌的黄河夺路而出。这样的文字对于新课标提出的要求学生吸收民族文化智慧、吸取人类优秀文化的营养是极有帮助的，对学生精神的影响是深广的。本文我将摒弃教师的详细分析、讲解，在侧重学生自读感悟与探究的同时，以学生活动为课堂主线，在课堂教学中采用自读感悟式，注重学生读的优化训练，以读代讲。课堂上提倡自由研讨，

注重学生的实践探究能力和学习中的独特体验。不求全，不求面面俱到，这也是符合新课程标准精神的。

知识目标

- 1、理解、积累词语，体会排比句的含义及其作用。
- 2、学习本文形、神结合的语言。

能力目标

- 1、理解课文内容，感受安塞腰鼓的磅礴气势，领悟作者所歌颂的生命的力量。
- 2、品析关键语句，注重感悟并发表自己的见解。

德育目标

通过本文的学习，用中华民族生命律动的厚重阳刚之美熏陶感染学生，

理解课文内容，感受安塞腰鼓的磅礴气势，领悟作者所歌颂的生命的力量。

学习本文形、神结合的语言，注重感悟并发表自己的见解。

- 1、采用自读感悟式，即以“朗读”一线贯穿读、说、析、品、评，注重学生读的优化训练，以读代讲。
- 2、课堂上提倡自由研讨，允许下位置交流意见。
- 3、将课外与课内相结合，将课堂教学与写作、生活实践相结合

（一）导入新课

安塞腰鼓是我国北方具有代表性的优秀民间舞蹈之一，以其奔放的动作、铿锵的节奏成为生命和力量的宣泄。今天让我们走进刘成章的《安塞腰鼓》，一齐感受其中的生命律动。

（二）学习新课

第一板块：初读课文，整体感知。

1、知内容。

给学生以足够的时间读文章，解决生字词，提出在读中发现的问题，在教师的点拨下相互交流讨论。然后用“……的安塞腰鼓”的形式对安塞腰鼓进行概述、评价。（空缺处可填词、短语、句子，最好是文中的内容。）

2、明结构

文章按“鼓响前、腰鼓表演、鼓声止”可分成3个部分。第二部分是文章的主体部分，分别从四个角度来展示腰鼓的艺术魅力，且这四个角度的分水岭都是一句话。（好一个安塞腰鼓）

3、寻美点。

布置分组朗读，分组进行寻找美点比赛。用“美，你看（听）……”的句式叙述出来，领悟作者所歌颂的生命的力量。

第二板块：精读文章，品味语言

指导学生采取“评点式品读”，学生可任意寻找自己觉得写得精彩的地方朗读2遍，要求用“好，好在……”这一句式简要评述文章美点。可从词、句式、修辞、写法、结构等方面进行评点，说得越多越好。

第三板块：研读课文，探究主旨

有关文章的主旨，有多种见解。联系生活体验，谈谈自己的理解。

鼓励学生各抒己见，言之成理即可。

第四板块

学用课文句式，段式，请学生畅谈流传在家乡有特色、有影响的民间艺术。

学生写好后，小组互评，选出好的作品，课堂展示，师生共议。

（三）、课堂小结

刘成章的《安塞腰鼓》是一首生命的赞歌，力量的赞歌。作者是在赞美安塞腰鼓，更是在赞美安塞腰鼓给人的激情，赞美宽厚辽阔的黄土高原，赞美生活在黄土高原上那“元气淋漓”“释放出那么奇伟磅礴的能量”的人民。作者于文中表现出的高超的抒情的技巧，也像那鼓声一样，震响在我们的心里。

（四）、布置作业

学生找自己喜欢的段落，并熟读成诵。

打腰鼓的心得体会篇九

腰鼓是中国传统文化艺术中的一个重要组成部分，它具有鼓声清亮、节奏明快、动作优美的特点，是一种能够展现中国文化魅力的绝佳表现形式。在腰鼓表演中，演员只需单手拿鼓，在秧歌舞蹈的伴奏下，用自己的节拍击打鼓面，时而翻转甩动，时而旋转跃起，将自己的身体和鼓面完美融合在一起，展现出独具魅力的舞蹈韵律，令人沉浸其中，难以自

拔。

我的腰鼓学习经历始于大学时代。当时，我作为一名学生志愿者，参与到学校腰鼓队的练习中。在这里，我结识了一群热爱腰鼓艺术的同学和老师，他们教导我如何抓住节拍、正确挥动手臂、保持节奏等等，让我感到这是一种充满能量和活力的运动形式。

通过学习和练习，我深刻体会到，腰鼓并不是一种简单的打鼓动作，其中蕴含着许多技巧和艺术表现。例如，通过腰部的摆动和肩臂的协调，可以在击鼓时产生不同的音效；通过翻转和旋转等动作，可以赋予舞蹈更加生动和灵活的表现形式。同时，对于每一个腰鼓演员来说，要保持正确的呼吸和心理状态，才能在演出中达到最佳的表现效果。

第三段：腰鼓在文化交流中的作用

由于腰鼓具有丰富的文化内涵和艺术价值，它不仅在中国，也在世界范围内得到广泛的关注和认可。一方面，腰鼓已成为中国传统文化艺术的重要代表之一，在国际大型文化活动和演出中频频亮相，充分展现了中国文化的独特魅力。另一方面，它也是中外文化交流中的重要桥梁，通过腰鼓展示中华文化魅力，也吸引了众多的海外观众和艺术家学习和研究。

第四段：腰鼓对自我修养的影响

腰鼓不仅能够在表演中展现艺术魅力，在日常生活中也具有很强的实用性。在学习和练习腰鼓的过程中，我不仅学会了打鼓技巧，更学会了如何保持良好的心态、如何自我调节，培养出很强的意志力和毅力，这些都对我的人生和职业发展带来了很大的助益。

第五段：结论

腰鼓是中国传统文化艺术的瑰宝之一，它展现了中国文化的独特魅力，也是中外文化交流的重要桥梁。通过腰鼓的学习与训练，我们不仅可以掌握一种强健身体的技巧，更可以在其中找到自我修养和成长的机会，获得不同寻常的感悟和体验。我相信，在未来的日子里，腰鼓会越来越受到人们的关注和认可，成为更多人学习和欣赏的文化艺术。

打腰鼓的心得体会篇十

（一）学科教学目标：

1. 积累文中重要词语，掌握排比、反复句式的特点及表达效果。
2. 能有感情地朗读课文，并学会从修辞等角度品味句子，提高学生的鉴赏能力。
3. 感受安塞腰鼓所宣泄的生命力量，激发学生对人生的思考。

（二）法制渗透目标：渗透《保护世界文化与自然遗产公约》和《世界文化遗产保护管理办法》的相关知识。

1. 引导学生借助文字描绘再现形象领略意境是教学的难点；
2. 引导学生品读描绘形象、揭示内涵的排比句，从不同角度、侧面感受安塞腰鼓所宣泄的生命力量，并通过联系生活，加深对生命的思考认识即教学的重点。

1. 朗读法：通过多种形式的朗读感受语言的节奏、气势与激情，感受腰鼓表演中的生命律动。

一、导入新课

1. 多媒体播放安塞腰鼓表演视频，创设情景，激发学生兴趣，

导入新课。

二、新课教学

（一）初读课文，整体感知。

1. 学生自由朗读课文。要求：对文中的重点词和喜欢的句、段进行勾划和标注，并标出段落序号。
2. 多媒体出示重点词语及读音，积累词语。
3. 说说初读感受。

你认为作者为我们描绘了 的安塞腰鼓，请在横线上填上合适的词语。

（二）再读课文，领悟情感。

1. 听读课文选段，点燃学生朗读课文的激情。
2. 分组朗读。前后桌四人一组，相互听读、交流、朗读。

朗读指导：根据课文内容，把握好语速的快慢、语调的高低；注意词

与词、句与句、段与段之间的停顿；注意语音的轻重，一般情况下，动词和形容词要重读。

3. 代表选读：选读你最喜欢的段落或句子。

（三）三读课文，品味语言。

1. 请在文中找出你最喜欢的句子，读一读，品味品味它表现了安塞腰

鼓的什么特点，这种特点是通过什么表现的。先在文中标注，然后自由表达。

2. 可以用这样的句式说话：“我喜欢 句子，因为它通过 表现了 。”

学生品味、讨论、交流，教师点拨引导。

3. 学生展示对语言的品味。

4. 强调排比、反复两种修辞的特点及表达效果。并通过具体例子加强理解。

（四）拓展延伸，渗透法制。

1. 介绍安塞腰鼓，渗透法制教育。

安塞腰鼓是我国北方具有代表性的优秀民间舞蹈之一，有20xx多年的悠久历史。表演可以由几人或上千人一同进行。其磅礴的气势，精湛的表现力令人陶醉，被称“为天下第一鼓”。

国家非常重视文化遗产的保护，并依据《保护世界文化与自然遗产公约》和《中国文物保护法》制定了《世界文化遗产保护管理办法》。其中第七条规定：公民、法人和其他组织都有依法保护世界文化遗产的义务；国家鼓励公民、法人和其他组织参与世界文化遗产保护；国家文物局、县级以上地方人民政府及其文物主管部门应当对在世界文化遗产保护中作出突出贡献的组织或者个人给予奖励；省级文物主管部门应当建立世界文化遗产保护志愿者工作制度，开展志愿者的组织、指导和培训工作。

2. 发掘家乡文化，保护文化遗产。教师根据学生的回答作适当补充。进一步强化学生对文化遗产概念的理解和保护意识。

三、小结

四、作业布置：

1. 请模仿文中的排比句写一段话，描述一个表演场面。（课外完成）。
2. 积累词语，收集文中好字好词。
3. 背诵你认为精彩的语句，并摘抄笔记本上。