

最新顶尖舞蹈心得体会800字(精选5篇)

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。那么你知道心得体会如何写吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看吧。

顶尖舞蹈心得体会800字篇一

自从第一次上了音乐鉴赏课，我就对这门课很感兴趣。无论是老师的授课方式还是音乐本身，对于老师所讲的内容，我都觉得受益匪浅。以下内容是为您精心的音乐课心得体会，欢迎参考！我从小喜欢听音乐，每当自己生活中遇到不开心的事情时，拿起mp3或者手机带起耳机听一首轻松愉快的歌曲，沉浸在放松的气氛里，自己的心情机会慢慢变得平缓放松，心中的郁结能在音乐中消散。我喜欢音乐，喜欢一个人伴随着轻轻的音乐静静的躺着的感觉，音乐是个奇妙的殿堂。在大学生涯中的最后一次选修课中，我选择了大学音乐，没有什么特殊的原因，只因为我喜欢音乐。在音乐中，我可以达到忘我的境界，忘却一切烦恼与忧愁。在一个学期的课中，老师给我们讲述了很多有关音乐方面的知识，也让我们欣赏了众多乐曲。通过课堂上老师的讲解以及我利用业余时间增加对音乐知识的学习之后，我的音乐文化知识增长了许多，了解了更多种形式的音乐。同时，我的艺术修养也得到了很大的提高。

在学习《音乐欣赏》课前，我对音乐的认识更多是在流行音乐方面。之所以更关注流行音乐，是因为它的语言生活化、节奏明快、贴近生活、易于接受。比如周华健的《朋友》讲述的是朋友之间的友情；筷子兄弟的《父亲》描述的是父子的感情，流行音乐更容易让人接受。而对于其它方面的音乐，我则是一知半解，以前我一直觉得民族音乐不好听，或者说是听不懂，不了解。像大多数青年人一样，我喜欢当今的流

行音乐，我对港台流行音乐更是趋之若鹜，不喜欢民族音乐，对民族音乐知识可以说了解甚少，说不出几种民族乐器的名称、叫不出几位中华民族音乐家的姓名。通过这一学期的学习，我深深地感受到我国民族音乐的优美、动人。我被吸引了，我国民歌浩若烟海无不给人以美的享受，从中得到丰富的体验，体味到各民族的风俗民情和鲜明的地域色彩。民族音乐风格上地区差异而不同，这也是它们的魅力所在，因为只有这样，音乐的元素才会丰富起来，否则再有内涵的歌曲总有一天也会听“腻”的，歌曲的最高境界我认为还是音乐元素的多元化。这学期的大学音乐课使我开阔了眼界，在音乐课上，我们是以“聆听”的方式进行学习的，聆听是沟通的开始。在整个学习过程中，我觉得老师的角色像是一个导游，引导着我们直接面对音乐，体验音乐，同时也给我们留有想像的空间，这使我们能够很好的感受音乐、欣赏音乐。在课上，我们都欣赏了民乐、管弦乐、钢琴曲、圆舞曲、小夜曲、歌剧、舞剧等等.....自从第一次上了音乐鉴赏课，我就对这门课很感兴趣。无论是老师的授课方式还是音乐本身，对于老师所讲的内容，我都觉得受益匪浅。经过一学期的相处和学习，在音乐方面我也略有所知，了解不同音乐的发展史。无论是古代音乐，还是流行音乐，以及中外艺术歌曲，经过老师的介绍，我们也了解了很多。不像以前总是很盲目的去听歌，根本什么都不了解，一味地追求流行音乐，把很多经典的音乐遗忘了。

音乐鉴赏课，一堂可以让自己完全放松的课，很喜欢老师的讲课方式，喜欢老师的平易近人以及温柔，对我们的理解和愉悦的生活态度。3节课120分钟的课，老师总能带动大家的听课兴趣，每堂课给我们讲许多有意义的内容。这也是唯一一门可以让我聚精会神连续听三节的课。第一次听课时，就喜欢老师上课，在老师的推荐下，我欣赏了很多著名曲目。

在课上，看到老师展示的我们这学期要欣赏的多到数不清的音乐曲目，我顿时产生了一股满足感，欣赏这么多曲目，不怕音乐素养提不高。可当我真正开始学习如何欣赏音乐，并

慢慢体会到音乐欣赏的精髓时，我发现最初的我，真的是个庸俗的人。在老师介绍的民族歌曲里我印象最深的要数《月光下的凤尾竹》，月光下的凤尾竹是一首著名的傣族乐曲，以葫芦丝演奏的版本最为常见；后燕妮、关牧村等也演唱过该曲目的歌唱版本，其他乐器也有过演奏。此歌曲比较容易演唱，只有一小段是比较难唱的。且有许多舞者将其改编成优美的舞蹈，尤其是优雅恬静的傣族舞，风韵十足。你听，竹林中传来了阵阵葫芦丝声，淡淡悠扬。美丽的姑娘轻倚在凤尾竹旁，清澈的双眸中流露出期待的目光。月光斜洒在她的衣裙上，把她曼妙的身影一直拖到金色的水面上。乐声渐渐轻灵飘逸起来，姑娘起身来到水池旁，在月下忘情的轻舞着、旋转着，波光中叠映着她曼妙的身影，月光下裙摆也轻轻飘扬落寞的斜倚在凤尾竹旁吹奏起情歌，眼前生出心上人飘逸轻灵的舞姿，着一缕花衣，似一个精灵，在月光下泻一地旋转的身影，竹林的小径上。微风轻拂凤尾竹，远看像一层绿色的雾在舞动，竹楼里美丽的阿妹正深情的凝望窗外，竹楼外痴情的阿哥爱慕的葫芦丝声，在静谧的夜晚愈加缠绵，彼此正倾诉着心中的爱恋。《月光下的凤尾竹》描绘了一个优美的意境，让人沉迷其中！

通过本学期对音乐鉴赏课的学习，我对音乐的思想认识提升到了一个新的境界。从前，我只是喜欢聆听音乐，享受音乐给心灵带来的那份惬意和舒心。现在，我认识到，音乐它是一个有灵魂的东西。它不仅蕴含了丰富的思想，同时又是生活的真实反映。一个学期下来，我不仅聆听了各种各样的音乐，有古典派的，浪漫主义派的，遍及世界各地，也学到了不少音乐知识。所谓的音乐，广义上来说就是任何一种艺术的、令人愉快的、神圣的或其他什么方式排列起来的声音就是音乐。它是一种符号，声音符号，表达人的所思所想，是人们思想的载体之一；是有目的的，是有内涵的，其中隐含了作者的生活体验，思想情怀；它能用有组织的旋律和节奏来表达人们思想感情和反映现实的社会生活。音乐欣赏是人们感知、理解音乐，体验音乐情感的一项音乐实践活动。社会生活中处处有音乐，欣赏音乐已成为人们精神生活的一项

重要内容。而大学开设音乐课的目的也在于通过欣赏古今中外名曲名段，扩大学生的音乐视野，培养他们对音乐的感受能力、想象能力、理解能力和鉴赏能力。在通过课堂上老师的讲解以及我利用业余时间增加对音乐知识的学习之后，我的音乐文化知识增长了许多，了解了更多种形式的音乐。同时，我的艺术修养也得到了很大的提高。

在这课程的学习过程中在一定程度上了解了中国的古典音乐，体味到了中国古典音乐的美。笛声的清脆，箫声的深沉，琵琶的铮铮之音，这些我们都从中感受到了华夏之音的美妙，体味到古典的魅力所在。中国的古典音乐是以五音——宫商角徵羽为基础的，中国古代的音乐大家创作了中国独特的音乐形式。如今在民间十分流行的是唢呐这种乐器，无论民间的喜事还是丧事唢呐都是一种不可或缺的乐器之一。唢呐作为我国传统的乐器我国的音乐大家创作了优秀曲子如《百鸟朝凤》堪称经典。在这门课的学习中感受最多的就是对我国传统文化的了解，增强了民族的自豪感与自信心，有提升了对祖国的热爱之情。老师为了让同学们更多地了解音乐这片无边的海洋，决定让大家分组并选择主题进行ppt展示，我们小组合力一起收集资料，在收集过程中我进一步的感受音乐的魅力和辽阔，渐渐地，在那一首首音乐片段中我越发爱上了音乐。音乐真的可以说是上帝赐予我们的福音。她既可以借助歌曲的词表达出人类情感，也能够单纯用旋律的琳琅之音缔造天籁。

音乐课已经快要结束了，在此感谢老师的专业知识的传授，使我从简单的听歌这样肤浅的理解到懂得欣赏音乐元素的基本欣赏方法的转变。通过大学音乐这门课，我学习到了有关音乐的基本常识，在老师的教导下，我懂得了如何去欣赏，如何去鉴赏，并深深的感悟了音乐不仅能歌颂人物，描绘景色，还能对人的喜怒哀乐进行描述，激发我们的激情，对人或物的讽刺等等。这些都可以通过音乐完美展现出来。现在我学会了如何去鉴赏欣赏音乐，在以后的生活中，我将在音乐的音符中过得更加多姿多彩 我相信，伴随着社会的发展与

进步，音乐在人们的日常生活中扮演着越来越重要的角色，成为生活的调和剂。在日常生活中我们可以深刻的感受到音乐的意义所在。在情绪低落时适合听激情澎湃的音乐如交响曲与进行曲，在心情烦躁的时轻音乐是不错的选择能让人平静下来，认真的思索。在这个充满竞争的世界，在这个信息化的时代里，音乐，作为一种意识形态，作为一种感情重要的存储和表达方式，必定将会更受我们的欢迎。音乐是世界是所有声音的诠释，是生活的调味剂。没有音乐世界将枯燥无味，生活将死气沉沉没有活力。音乐丰富了我们的生活，陶冶了我们的情操！学习了这门课我明白了音乐的魅力，或许是这样：我们不一定要成为音乐家，但是要懂得怎么样去欣赏也音乐！总而言之，大学音乐这门课程提高了个人的素质和修养，并且对音乐欣赏有了进一步的了解！

随着课程改革的不断推进，我们深刻感到(音乐标准)中关于音乐课程价值理念的表述，课程总目标的建立：以及要求从“感知与鉴赏”、“表现”、“创造”、“音乐与相关”四个领域构建教学内容和标准，是强调了学生经验与学科知识与社会发展三方面内容的整合，表明了突破传统上以(学科知识)教材为中心的旧格局，上升到一切从学生的需要和发展为出发点，培养学生艺术能力和人文素养整合发展的新局面。

一、课改带来的惊喜是什么：

1、教学理念的渗透。以音乐审美为核心，以培养学生兴趣音乐为动力，遵循听觉艺术的感知规律，突出音乐学科的特点。因为音乐是听觉的艺术，听觉体验是音乐学习的基础，教师声情并茂地演唱、学生的齐唱，对唱，领唱、小组唱、听录音机中的对歌曲不同处理的合唱等等，都是围绕“听”（听觉的体验）这个中心来进行。引导学生参与听觉体验这个音乐教学中心环节，让学生通过聆听深刻地感受到歌曲的美妙，学生就会有学习歌曲的欲望。

2、教师角色的转变。“音乐教育并不是音乐家的教育，而首

先是人的教育。”建立起良好的师生关系，师生间互敬互爱，给彼此建立一种健康，向上的学习与合作的氛围，对课堂教学无疑是积极的。音乐课上老师关注不只是音乐知识和技能，而是帮助学生主动参与音乐实践，提高音乐感知和鉴赏能力，拓展音乐综合文化视野，从而形成对周围世界和自己的一种积极而理智的，富有情感审美的探索、创造的态度与方式。因此在这样的认识的前提下的教学老师和学生都比以前爱上音乐课，学生能够积极主动参与音乐实践活动。在整个教学活动中，我们欣喜地看到教师与学生走到一起，教师以组织者、参与者的身份出现在学生之中，对于学生回答的各种答案始终面带微笑，让学生能大胆地发表自己的具有独特的看法，因为音乐不追求统一答案，音乐尽量不结束真理。教师既是出色的导演又是忠实的观众，将自己对作品的理解、要求学生掌握的音乐知识通过教学活动不知不觉地让学生接受。

3、以生为本，重视学生音乐能力和综合素养的整合发展。学生学习方式的改变、教师对学生资源的合理开发。教师不是全才，更不是完人，学生也不可能永居老师这下，面对飞速而来的多种媒体，学生受教育的范围已不仅仅局限于学校课堂，为此我们的课堂应该及时改变教学模式，让课堂不公成为学生学习的场所，更是学生展示自己能力才干的天堂，这节课中让学生用自己喜欢的方式自由学习，教师从中倾听、观察、随后根据学生的学习情况作出判断，借助小组活动，学生资源开发通过通过小组的学习活动可以得到很好的体现。每个小组成员能力各有高低，小组学习可以帮助他们取长补短、互帮互助，更有利于学生的交流合作。“表现”是实践性很强的音乐学习领域，是学习音乐的基础内容，是培养学生音乐表现能力和审美能力的重要途径。本节课利用了有效的教材资源，运用了多样的学习方式，为学生提供各种音乐实践的机会，充分调动学生的学习积极性，充分发挥学生的潜能，让学生在实践中学，在实践中用，在实践中学习思考，学会汲取，学会总结，最终将知识的获取过程自觉转化为一种实际的学习能力。总以为学生随着年龄的长大，自我表现的意识，对成功的体验，没有年龄小的学生强，孰不知，只

要给他们机会，给他们时间，他们比任何时候都喜欢将自己的才能展示出来，这是始料未及的，面向全体学生，发展学生的个性，大胆放手展现自我，课堂气氛活而不乱，学生的小组合作，交流配合，让听课老师都深受感染，这是这节课最亮的闪光点。达到了让学生兴趣音乐先让其喜欢上音乐课的目的。

(一)重视歌曲教学方法的研究。三年级要打好歌唱(独唱、合唱)基础，良好的习惯和技能要建立起来，课前要充分备好每首歌曲；教学中要采用模唱、接唱、对唱、编唱、表演唱的方式训练学生的齐唱、合唱；要以审美体验为核心，在歌唱内容和内涵的感悟和审美。(二)要以生为本，大胆调整教材歌曲内容，动听的歌曲应该让学生多体验；不好听的，建议不唱，选择课本外好听的歌曲，尽量使学生保持对歌唱以及对音乐的兴趣。

(三)欣赏教学是培养学生感知与鉴赏能力的主要途径，也是帮助学生拓展综合文化视野的重要组成部分，我们要重视上好每一课的欣赏教学。如何上好，提出几点建议：1、围绕主题，安排有歌唱和聆听的内容(演唱春天歌曲，欣赏春天的音乐或景象，或者跳春天的舞蹈)，避免只有听乐说乐的单一、枯燥现象。实际表明，在动中欣赏音乐效果更佳；2、要采用情感体验和理性分析相结合的欣赏教学方式(教材已有明显要求，如听辩乐器的音色变化、人声与器乐声的不同艺术形态、旋律的起伏发展特点，并能以肢体动作或者语言表达相应的感受和理解)，才能使学生较深刻领悟音乐的内蕴和风格；3、要根据音乐作品内容引导学生从音乐入手，探讨相关文化和民俗(为什么辽阔的草原会产生牧歌；为什么山歌与小调的歌声不同)；4、要多采用对比鉴听的方法，让学生在多种音响的对比中，丰富情感体验、提高鉴赏能力(如，“牧歌”有多个演绎版本，小提琴、童声合唱、成人混声的都让学生对比聆听，体会更丰富)。

(四)、“编创与活动”的教学是音乐教学的重要任务要把创

编活动贯穿于各个教学过程中，加强对学生音乐创造性思维的培养，因为，音乐创造性活动是审美的主要形式，音乐教学脱离创造性活动就失去了生命力。在一、二年级已形成一定的节奏感的基础上，要加强多声部节奏练习(朗诵的、打击乐的、声势律动的、合乐拍手、跺脚等)。同时也要关注听唱、听辩、编唱、即兴旋律接唱和模唱。课本中提供各种内容和教学要求与方式，要尽量完成课本要求，除了按课本的方式，建议大家要设计和编排激励学生学习和促进提高的教学方式与手段：1、节奏和旋律接龙、开火车；2、听旋律短句接唱尾音；3、按提供的唱名(音符)即兴编唱短句；4、师生共同创编歌曲(摇篮曲、进行曲)5、旋律创编：(1)加减音符；(2)改编歌曲，如，加上朗诵、拍手、律动等。(五)“表现”是音乐教学活动最基本最主要的形式是学生价值取向的反映形式也是教师实施教学方式、策略、评价的依据。从各个版本的教材中，都能感到，对于各类音乐学习都有提出具体的音乐表现的要求和做法(如，艺术教材有：歌唱表演、聆听表演、律动表演)。对此我们要重视“表现”的研究，新的音乐课标在“表现”领域提出具体的要求，说明了一切音乐教学活动都离不开“表现”。都应该是边学习边表现，特别是音乐双基的学习更要求在表现中落实。大家知道音乐是实践性很强的学科，必须在玩中、动中展开教学，表现“比”玩、动“从本质上讲，要求更高，如果是没有质量盲目的活动是无意义的。”表现“应该是学生将自己的音乐经验、见解、感受通过一定的音乐技能技巧表达出来，是有技能含量的。换言之，在”表现“中学习才能进步。既：欣赏、唱歌、编创、奏乐、识谱都应该在表现中进行。建议：1、学习常规要加强，养成爱表演的好习惯；2、重视节奏、律动、声势表演的训练，训练以及会表演的能力，以及较深刻感受音乐文化提高审美能力建立基本素质(简单的踢踏舞步就能反映出藏族、蒙族、维吾尔族舞姿和不同和民俗文化的不同)；4、歌唱教学除了要声情并茂，表演也要同步跟上。三、课改存在的问题及音乐教师的反思：

(一)存在问题：培养时间短，对课改理念不透彻，无法将理

念带入课堂教学，仅仅是流于形式；存在教师对课改缺乏热情、主动。（二）音乐教师的反思：

1、因地制宜、因陋就简、因材施教、因势利导，发挥音乐教育教学优势，体现音乐课堂教学的人文特征。音乐教学的人文特征与其他人文学科不同的是：在音乐要素的探知、音响感受以及歌唱、奏乐等表演活动中发现音乐独特的艺术形态：和谐、优美、欢快、激昂并从中获得语文学习、美术学习不可替代的审美和情感体验。根据这样的理解，教学中教师应该充分挖掘音乐作品的艺术和文化价值，尽量向学生传递优美、生动和多样式的音乐，如a老师的奏乐、歌唱、表演、语言都要力求准确、优美□b课堂教学设计应从学生的经验和需要入手考虑不好听，不好唱的音乐不要强调学生听和唱，或者学生会远离音乐课堂□c不要为了综合而削弱音乐丢失了音乐的个性的特质。2、“综合”应从两个层面来理解。一是课堂上和综合；二是课程的综合。音乐课堂的综合，应该是以音乐为主线的音乐间以及相关文化间的综合，要自然、生动。如欣赏电影音乐，首先想到的是音乐，为了探索电影音乐的性质和性，必然要涉及到电影表演艺术形态和情节等。总之，主和次要明确。而课程上的综合应该是分别由不同艺术学科的形成单独切入教学，构成的艺术综合课程。不要片面的把“综合”理解为在一堂课内多门艺术的拼凑和叠加。

音乐课堂不应该只关注音乐教学舞蹈、戏剧、电影也应适当的、有计划的进入音乐课堂，拓展我们和学生的艺术视野，提升审美品位。3、合作学习不能流于形式。“合作学习”是新课程新理念，有的学科包括音乐教师实话这一理念后，提出质疑。我个人的看法是：“合作学习对于音乐教学是教学的主要形式，一直存在于音乐课堂中，关键是合作质量和效果。音乐课堂教学切实离不开合作(全班、小组)。那么，我们要深入研究“合作学习”理论和方法，使之科学地运用音乐课堂中，优化教学过程与质量。

4、课堂教学内容和模式要多元多样，不应该还是沿用传统习

惯和教学模式，既：纯粹地围绕一个音乐作品以歌唱、欣赏为主的教学，或者是歌曲和欣赏综合的教学。应该建立更多样的教学模式，如，主题下的音乐要素体验与探索的综合音乐感教学(节奏、旋律、力度、音色)如，民族基本舞步、歌曲创作、打击乐器等的教学。努力拓宽教学内容和模式，让学生感受更丰富的艺术文化获得更生动而多样的艺术养分。

顶尖舞蹈心得体会800字篇二

在去年团体比赛时校园到处都弥漫了舞蹈的热潮，看着孩子们认真的学习和一张张笑脸，那时的我忘却疲惫，心里想：舞蹈就是应该属于这些孩子们的。

今年在开展音乐教学的时候，我有意识的展开舞蹈方面的教学，在近半个学期的教学以来，学生仍然表现的比较积极，而且在音乐课上我发现加上了舞蹈的有机结合使得课堂气氛变得更加好了，在学习一些枯燥的乐理知识结合一定的声势和舞蹈使得学生记忆加快了很多。

舞蹈是八大艺术之一，是于三度空间中以身体为语言作“心智交流”现象之人体的运动表达艺术，一般有音乐伴奏，以有节奏的动作为主要表现手段的艺术形式。它一般借助音乐，也借助其他的道具。舞蹈本身有多元的社会意义及作用，包括运动、社交/求偶、祭祀、礼仪等。

结合舞蹈的诸多特性，把它巧妙的结合于课堂教学中，不仅可以让学生在活动中掌握新课的内容，也可以活跃课堂的气氛。但在选择上我经过日常教学中发现还是需要掌握一定技巧的。比如针对七年级的教材，我们可以选择上册的第二单元《天山之春》作为重点以新疆歌曲形式展开的教学，下册中可以选择《非洲灵感》来完成拓展。

舞蹈在教学中展开时需要注意：

1. 活动时的范围和位置，有助于教师掌控学生的活动时的动态；
2. 活动的难易度要适中；
3. 舞蹈展开时要结合本课学习的教材内容相关知识点；
4. 注意创新；
5. 不要轻易打断学生的自我练习与拓展。

舞蹈的魅力在于你用心去体会，只有靠自己一颗真诚、努力不懈、的心才能完完全全地被舞蹈的魅力所迷恋，所震撼。正因为舞蹈这这样的魅力，所以我决心要把舞蹈带到日常教学中来，让我的音乐课永远充满欢乐，充满新奇。

顶尖舞蹈心得体会800字篇三

女儿的舞蹈大赛过去一周多的时间了，一直想写写关于此次陪同女儿参加舞蹈大赛的感受和体会，可最近因忙于工作，一直没抽出时间(其实也是给自己偷懒找的一借口，嘿陪女儿参加舞蹈大赛的感受和体会)。

今天，得空，抓紧时间写写自己当时的感受和一点儿体会哈！

女儿学习舞蹈以来，除了按时上舞蹈课和参加考级之外，没有参加过什么排练和演出。为此，她觉得挺无聊和枯燥，咱也认为单调了些。

于是，年初少年宫组织报名参加舞蹈队，我毫不犹豫的就给丫头报了名。

参加舞蹈队，我的想法很简单、目的很明确，就是想让丫头多一些参加活动的机会，在锻炼中多一份体验、多一份收获。

9月份的暑假里，舞蹈队调集部分学生开始了舞蹈节目的排练。

时间很紧凑、排练很有序，丫头很积极、我也很高兴，哈！

国庆节，舞蹈老师又组织排练，那时，我才知道她们是要参加10月12日全市的舞蹈大赛。

排练、订服装、注意事项一一讲明后，我们只等那一天的到来。

第一次参加这样的舞蹈大赛，女儿很兴奋，我也如此。

10月11日下午，是预赛，老师要求我们三点到广电集合。

参赛现场的规定是，谁表演，谁进去，而参加表演的学生家长一律不允许进入演播室，都堆在门外等着。

领着丫头，我们开始满院子的找她们的舞蹈老师，没找着。

找同班的学生，没看到，哎，等吧！陪女儿参加舞蹈大赛的感受和体会

3点多，终于看到了少年宫的另外一个老师，她正在给她们班的学生化妆。

我问老师，她们大约几点进演播室，老师说大概要5点多吧。

5点多？陪女儿参加舞蹈大赛的感受和体会

望着那些已经等候了许久的、早已准备妥当的外区县的诸多小选手们还没入场，我这心里就在犯嘀咕。

靠近演播室的大门，我看到了当天的预赛名单。

女儿参加的是儿童组的比赛，儿童组一共有71个节目，女儿

的舞蹈居然排在第70个。

哦，my god!陪女儿参加舞蹈大赛的感受和体会

凑到跟前一问，现在才轮到第十几个。

回家。

我当时果断的决定先回家，回家休息，吃过晚饭之后再来化妆。

晚上6点，我和老公领着丫头又再次来到了广电。

这时，还有一些外地的小选手们没有入场，她们在欢声笑语的跑跳，家长们却疲惫的坐在一旁，显得无精打采。

6点多，舞蹈老师来了，孩子们开始化妆，一个个的兴奋、激动的很。

我呢，经过下午的一番折腾，情绪已经没有刚开始那么高涨了。

7点不到，所有的孩子就都装扮完毕，只等进演播室开演了。

7点半……

8点……

8点半……

只有孩子们乐此不彼的在玩、在笑、在闹。

眼见大厅里等候的人越来越少，我们知道离我们的节目也就越来越近了。

9点钟，孩子们排好队准备进场，家长们也像是见到曙光似的来了精神，即刻活跃了起来。

9点一刻，我们走出了演播室，预赛终于结束了。

第一次参加大赛，第一次经历大赛，从中午到下午、从下午到晚上，孩子们的兴致没有减少，可作为陪同的家长，我的感觉是有些疲惫不堪了。

不付出哪来的收获？

大赛中，孩子们的表现值得称赞，在乐观方面，更值得家长学习哈！

我们可谓是等到了最后，也笑到了最后，值了！陪女儿参加舞蹈大赛。

顶尖舞蹈心得体会800字篇四

转眼间舞蹈班的课程已经接近结束，经过半学期的学习，我想我们每一位学员都有不同的但很大的收获。对于我个人，我认为这次课程的进行对于我非常有意义，非常有必要，因为它不仅让我充实了更多的舞蹈知识，更让我开阔了视野，解放了思想，打动了内心。无论是从现代舞到民族舞，从听课到交谈，还是从所听到所闻，每时每刻、每一堂课，都让我有所感动和收获，许多不可言语表达的收获。加之与来自不同县市区、不同专业的同学们聚集一堂，相互交流借鉴舞蹈经验、思路方法，较全面的提高了自己的舞蹈水平。以下是这些天的几点体会：

作为一名大二的学生，比起大一的必修课，我们多了一个选择的机会，选择自己所喜欢的选修课，对于学生的我们来讲毋庸置疑是我们所渴望的。

从小到大，看到舞台上跳舞的同学就很羡慕，感觉他们好漂亮，就像一个个公主和王子一样。走下舞台的他们也是那样的骄傲，与众不同，大家喜欢他们，向往他们，希望有一天跟他们一样，有着曼妙的舞姿，淡定的神态。

当自己看到选修课的科目是，毫不犹豫的选择了舞蹈鉴赏，或许在自己的潜意识里认为，一个能够鉴赏舞蹈的女性一定是有气质，有学识的，一个能够鉴赏舞蹈的男性一定是有魅力的，儒雅的。所以对待这节课我们期待着，也认为一定会学习到很多东西。

正式上这个舞蹈鉴赏的第一节课，走进教室，黑丫丫的一大片同学，大家有说有笑，很开心的交谈，在这里，我不仅见到了本专业的同学，更多的还见到了其他学院，其他专业的同学，大家一起聚集在这里，共同学习，一起进步。

离上课还有一段时间的时候，我们见到了我们的任课老师，一个看起来年龄与我们相差没有很多的男老师，但我们却能感觉到他与我们的不一样，内在的成熟。他站在讲台上对我们微微的笑着，然后向我们做自我介绍，然后他问我们，我们所理解的舞蹈是什么意思，大家各抒己见，有的说是提升气质的一种工具，有的说是塑造形体美的一种方法，有的说是运动的一种，老师说，舞蹈的定义很宽泛，它是以人体为表现工具，通过有节奏，有组织和经过美化的流动性动作来表达情意。它是一种表情性的时空艺术。并且同时老师给我们举了很多我们不同人的站立，走路的方式，一个人坐姿应该是怎样的，表现的很形象，吸引了所有人的视线，当他表现一个人如果将脖子缩进，我们都笑了，而我们之中大多数人都是这样的坐姿，然后大家立即把脖子挺起来。一节课过去，有的同学开玩笑说，他感觉自己长高了，我们听后都笑了。

很多时候老师给我们放了很多舞剧，例如他给我们介绍的第一个是黄豆豆的‘醉鼓’刚开始的时候自己根本就没看懂，

后来在老师的讲解中，终于也沉醉于他急速转动的身躯，时而快，时而慢，他抱起鼓凝视着，沉醉着，似有千言万语的诉说，似乎又无心说什么，而老师也在一旁给我们解释着，让我们看到了他的动作似乎是在呐喊，在感叹，在颤抖，多种表情在他的鼓的衬托下表现得淋漓尽致。而他的身躯时而抱鼓而起，时而展臂而起，一个看似简单的动作，在他的表现下仿佛有了生命，而他也无愧于‘舞蹈王子’这个称号。老师在视频过后也给我们讲了黄豆豆这位伟大舞蹈家的生平经历，让我们也明白一个成功的人的背后必然会有着无数的艰辛，无数的汗水，只有付出，只有努力才能够有一天实现梦想。

给我很深的印象的还有杨丽萍的‘月光’，她用她优美苗条的肢体展开想象的臂膀表现了自己的感情和月光的圣洁，在这个作品中表现了她无形的有形的完美结合，在老师的讲解中，让我们明白杨丽萍表现的决不只是她自己的真实情感，而是整个人类的感情。她的舞蹈让人感觉到她不是在用身体表达，而是用自己的生命，想把生命溶于舞蹈中，看她的舞蹈，你得到的最大的感觉就是震撼。杨丽萍的这种天人合一的感觉，也着重表现了人与自然的和谐，人类生活在大自然之中，而她也用了一种最自然的表达。而对杨丽萍本人，我们无法不佩服她坚强的意志。

记得其中还有一个很悲伤的舞剧就是‘秋海棠’我们真的不能不佩服这个演员，他逼真的演技也让他的这个作品获得了大众的赞赏，记得起初画面刚出来时的是头饰，刚开始没有明白，老师一提示我们也立刻都明白了过来，他所表现的是一位步履蹒跚的老人回忆自己年轻的时候，在这个舞台中他时而陶醉，时而开心，但是当它想起了自己因为太年轻、太成功，招来别人的妒忌而被划破了脸，他好像疯了似的，在舞台上乱跑起来，最后他停了下来，好想想明白了似的，而又好像在宣誓，我不能被打倒，最后又变为了老人的形象走了出去。

经过这几周的舞蹈实践的学习，我们学习到了很多，一个人的成功要自己付出很大的努力，而舞蹈之中的魅力也不是仅仅是这样的，我相信我们经过这次学习，在以后的生活之中也可以很好的运用它来缓解我们生活之中的压力，增强我们面对困难的勇气。

相信如果以后还有这种机会，我们一定会积极争取努力学习舞蹈的知识。

顶尖舞蹈心得体会800字篇五

教学内容：中国舞蹈的种类，民族民间舞蹈、古典舞蹈定义历史文化内涵及其特点。

三维目标：通过对中国舞蹈的学习，让学生们熟悉中国舞蹈的分类、特点等基础知识点，激发起学生对舞蹈的热爱，学会欣赏各类风格的舞蹈艺术，提高鉴赏能力，并积极的学好舞蹈。教学重点难点：民族民间舞蹈、古典舞蹈定义历史文化内涵及其特点。教学方法：教师讲述、小组探究讨论、师生互动 教学方式：多媒体教学 教学过程：

- 1、古典舞蹈
- 2、民间舞蹈
- 3、现代舞蹈
- 4、当代舞蹈
- 5、芭蕾舞

我们重点认识一下民族民间舞蹈、古典舞蹈。第一部分 民族民间舞

1、定义：

可以被理解为“民族舞蹈和民间舞蹈”。民族民间舞的实际含义其实应该是指“中国各民族的民间舞”。全国五十六个兄弟民族的民间舞都可以称为民间舞。

2、民族舞特点

泛指产生并流传于民间、受民俗文化制约、即兴表演但风格相对稳定、以自娱为主要功能的舞蹈形式。我国舞蹈系列中数量最多。介入生活领域最广泛、最深入。和我们每个人的生活道路联系最紧密的，当数民族舞蹈这一支。

3、民族舞蹈的分类

我们从舞蹈功能的角度，将各民族的民间舞蹈分属四大类。

(1) 节令习俗舞蹈 大致上可分为农事节日、祝祭节日、纪念节日和文娱节日等，以舞蹈来丰富节日的文化生活。

举例：朝鲜族“农乐舞”：舞蹈以“舞手鼓”和“甩象帽”为其主要特色舞手鼓者动作丰富，舞姿似骑马射箭，生气勃勃。

(2) 生活习俗舞蹈如自娱自乐、社交择偶、健身竞技、表演卖艺等

举例：傣族“孔雀舞”：傣族把孔雀视为吉祥的象征，跳孔雀舞正是为了表达人们对美好生活的歌颂与追求。

(3) 礼仪习俗舞蹈如在生育礼、成人礼、婚礼、寿礼、丧礼、祭礼、兵礼等礼仪活动中进行的舞蹈。

举例：独龙族“剽牛舞”：“剽牛舞”是雪南独龙族的礼仪习俗舞蹈，在其传统的“剽牛祭天”活动中承袭至今。

(4) 信仰习俗舞蹈如在道教、佛教、伊斯兰教、原始宗教、民间俗信活动中跳的舞蹈。举例：藏族“羌姆”：“羌姆”是藏传佛教独有的信仰习俗类的宗教专用舞蹈，是藏传佛教各教派僧众在自己寺院范围内表演的一种仪式隆重、场面壮观、气势宏大的集诵经、音乐、舞蹈于一体的表演艺术。

生鉴赏能力，加深学生们对民族舞蹈分类的认识) 第二部分——古典舞简介

世界许多民族都有各具特色的古典舞蹈。中国是世界文明古国之一，灿烂的古代文明中，当然包含了丰富多彩的古典舞蹈。

2、中国古典时期的舞蹈风格：

春秋战国时期貌美舞艳的西施，汉代善做翘袖折腰之舞的戚夫人，身轻如燕能做掌上舞的赵飞燕。这些古代的著名舞蹈家和数以百计未留下姓名的舞者，为中国古典舞技艺的提高和风格的形成奠定了基础。

举例：敦煌壁画——反弹琵琶、飞天等

反弹琵琶是敦煌艺术中最优美的舞姿。它劲健而舒展，迅疾而和谐，反弹琵琶实际上是又奏乐又跳舞。

敦煌壁画中描绘了唐代舞蹈的各种优美造型，如“飞天”“反弹琵琶”等 唐诗中还有大量关于舞蹈的描写。如杜甫的《观公孙大娘弟子舞剑器行》，白居易的《霓裳羽衣舞歌和微之》，分别介绍了最著名的舞蹈家公孙大娘和最著名的古典舞《霓裳羽衣舞》。(其中讲授古典舞蹈时传授给学生们：“云手”的动作，进行师生互动，通过前面文字、图片的赏析提高思想认识后，再通过肢体语言让学生们有更深刻的体会，舞蹈是一门融思想和肢体为一体的高雅艺术，以此来进一步激发学生们对舞蹈的热爱。)

3、建国以后的舞蹈成就：

经过舞蹈、音乐、文物工作者的共同努力，从大量文献、文物、美术作品和老艺人世代相传的技艺中，考证、挖掘、整理、创作了一批优秀的古典舞。如《编钟乐舞》、《祭孔乐舞》、《九歌儿也铜雀伎》、《仿唐乐舞》、《长安乐舞》、《敦煌乐舞》、《大梦敦煌》、《清宫乐舞——盛世行》等。表现敦煌文化的民族舞剧《丝路花雨》更成为集中展示中国古典舞魅力的经典之作。

小结：通过对本课的学习，我们熟悉了中国舞蹈的分类，了解了民族舞蹈和古典舞蹈的特点，提高了我们对于舞蹈的欣赏能力，激发我们对舞蹈的热爱之情。

板书：

一、中国舞蹈的种类

节令习俗舞蹈朝鲜族“农乐舞”

生活习俗舞蹈傣族“孔雀舞”

二、民族民间舞礼仪习俗舞蹈独龙族“剽牛舞”信仰习俗舞蹈藏族“羌姆”

古典时期的舞蹈风格

三、中国古典舞

建国以后的舞蹈成就