

最新中国苏联计划经济体制 中国舞教学计划(模板9篇)

光阴的迅速，一眨眼就过去了，成绩已属于过去，新一轮的工作即将来临，写好计划才不会让我们努力的时候迷失方向哦。怎样写计划才更能起到其作用呢？计划应该怎么制定呢？以下是小编收集整理的工作计划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

中国苏联计划经济体制篇一

XX年X月X日

二、活动地点

xxx公园

三、活动目标

1. 开拓幼儿视野，亲近大自然，感受大自然因季节更替产生的变化。
2. 增强儿的集体意识，增进教师与幼儿间、幼儿与幼儿间的感情。

四、活动准备

1. 前期准备工作(详见)
2. 老师、幼儿身穿全套园服，穿运动鞋。
3. 幼儿自带旅行小书包，装一瓶水、一包纸巾、垃圾袋。

五、活动过程

(一) 8:50—9:00安全教育。教育幼儿坐车时要坐稳扶好,不要随意走动,上下车要讲秩序;玩游戏时要注意安全,不推、不挤、不打闹;不能擅自离开集体,遇到困难要向老师或园医寻求帮助。环保、礼貌教育:提醒幼儿爱护公园里的一草一木,不要采摘花草,不要随地乱扔垃圾,见到叔叔、阿姨要有礼貌的问好。

(二) 9:00—9:20点名出发。清点幼儿人数,幼儿分两批乘车到矿山公园,每批应有三个以上的跟车人员包括班级老师、园医和家长义工。(详见)在车上引导幼儿唱唱有关于春天的歌曲。如:《春天在哪里》《蝴蝶花》。

(三) 9:20—10:00游戏活动。组织幼儿在空旷的地方拍集体照,幼儿平均分成三组,玩民间游戏:《贴烧饼》、《切西瓜》。

(四) 10:00—10:40寻找春天。把幼儿平均分成3组在公园里寻找春天的足迹,观察春天的树的叶子是什么颜色的?春天的花春天的草是什么样子的?春天里的小鸟们是怎样的?期间老师提醒幼儿喝水。

(五) 10:40—11:00集中交流。将3组幼儿集中起来,请幼儿说说自己看到了什么?我看到的春天是什么样的?期间,保育老师提醒幼儿喝水,配班老师清点人数。

(六) 11:00—11:20点名回园。交流结束后配班老师确认人齐,保育老师负责检查幼儿物品无遗漏,即出发回园。

(七) 11:20盥洗、午餐。

中国苏联计划经济体制篇二

中国一五计划是指1953年至1957年中国共产党制定的国家发展规划，是新中国成立后的第一个五年计划。计划的主要目标是建设社会主义经济和国防力量，推动全国经济建设取得实质性进展。在经济社会发展的历程中，一五计划的实施具有重要的意义，对于日后中国的经济发展有着深远的影响。

二、实施过程：对中国一五计划的具体实施进行分析

在一五计划中，中国主要采用了计划经济模式，通过国家计划制定、领导决策、分配控制等手段，实现国民经济的改造和发展。一五计划期间，中国经济稳步发展，工业、农业、运输等重点领域得到大力发展和改善，同时也推动了全国人民生活水平的提高。然而，一五计划仍存在一些问题，比如过于重视重工业发展，忽视了人民群众的生活需要，致使社会消费水平低下，等等。

三、成就和经验：浅析中国一五计划的主要成就和经验

在经济建设领域，一五计划实现了一系列重大的成就：钢铁、煤炭等重工业获得突破性进展；农业生产水平得到提高，创造了大量的农村剩余人口，为工业发展提供了强有力的支撑；经济和社会基础设施得到了全面改善，包括道路、铁路、港口、机场等运输设施的建成和完善。在实施中，一五计划积累了一些经验，其中最重要的就是加强组织领导，依靠全民动员，集中力量推进计划的执行，这些是中国现代化建设的核心。

四、不足和教训：分析一五计划存在的不足和教训，防止类似问题再次发生

一五计划在实施过程中也存在不少问题，比如过分关注经济总量增长，疏忽了民生问题的重要性、严重浪费资源的问题

等。在今天整个经济发展环境变化之下，我们需要认识到，计划经济模式不能完全适合中国未来的发展，市场机制与计划经济的结合是发展的新潮流，决策者需要认真审慎地处理好两者的关系，以便更好地适应新的经济发展环境。

五、结语：一五计划的历史意义和启示

回顾一五计划的历史，其核心思想是通过国家的计划经济模式来实现快速发展，取得了初步成效。计划经济的改革逐渐成为动态、灵活、市场化的经济模式的新方向，也为日后的中国经济社会发展提供了很多有益的经验 and 启示。在今天，我们需要对过去的成就和失败进行回顾和总结，以实现中国现代化的新裂变。

中国苏联计划经济体制篇三

中国一五计划是中国最早的计划经济体系，持续了从1953年至1957年的五年时间，是中国从旧社会到新社会转型的重要节点之一。作为中国现代化进程的起点，一五计划有着深远的历史意义和宝贵的经验教训，对于我们当下的发展也有着重要的启示与借鉴。在此，本人将就我对中国一五计划的心得体会进行一些探讨。

第二段：重视国有经济的作用

一五计划时期，中国政府充分肯定了国有经济在社会主义建设中的重要作用，大力扶持了重工业、农业、交通等社会基础建设领域。在某种程度上，这种对于国有经济的高度重视和投入，为中国后来的快速发展奠定了坚实的基础。同时，在现今的社会主义建设中，也必须继续注重国有经济的关键作用，并加强其自主创新能力，推动其实现更高水平的发展。

第三段：加强“两个文明”的宣传

在一五计划中，中国政府积极宣传中外文化交流和融合，提出了“两个文明”的倡议。在今天的社会中，这面对开放与变革带来的挑战，我们同样需要坚定地倡导和推广中华文化。借助现代化科技手段和交流平台，加强旅游文化交流，为促进全球和谐与社会进步打下更坚实的基础。

第四段：正确处理环境与经济

在一五计划时期，由于对于环境保护的缺乏重视，造成的生态危机日益恶化。如今，我们需要认识到经济发展与环境保护之间的内在联系，采取更加环保可持续的发展策略。借鉴一五计划的历史教训经验，避免重走昔日错误之路，促进我国政治、经济、文化等各领域的和谐发展。

第五段：加深“一带一路”的国际合作

随着国际政治经济形势的变动，全球经济交流和合作的格局正面临着新的机遇和挑战。在这一时期，中国提出新丝绸之路建设，正是以发展合作为出发点，进一步推动经济、科技等领域的国际合作。这种具有开放性、包容性和韧性的政策，具有深远的历史意义和重要意义，在今天的世界上仍有着重要的应用前景。

总结：

在我国发展的历史进程中，一五计划是尤为重要的一个文化历程。回望它离我们已经远去的历史，我们应该把握它的历史经验和教训，并对一些具有代表性和现实意义的问题进行充分的审视和总结，进一步推动中国的全面发展与进步。这不仅是对我们当前处境的应对，也是对我们未来的对策规划。

中国苏联计划经济体制篇四

中国一五计划是我国历史上的第一个五年计划，从1953年开

始实施，到1957年结束。这一计划对于我国的经济和社会发展起到了重要的作用。我在研究及学习这一计划的过程中，从中获得了很多收获和启示。本文将从五个角度来分享我的一些心得体会。

第一段：深化对于计划经济的了解

通过研究一五计划，我更加深入地了解了计划经济的基本原理和特点。计划经济是国家在政府的统筹下，通过计划来调配社会资源，控制经济活动的发展方向和速度，从而实现经济和社会发展的目标。这一体制在当时的背景下是必要的，也是适合我国国情的。虽然后来经济改革开放以后劳动力的价值被忽视，但一五计划的成功也给了我们很多值得学习的经验和教训。

第二段：认识建设规划的重要性

一五计划的成功，得益于政府、工作人员和广大人民群众的共同努力。而其中关键的一点，就是建立了一套科学严谨的规划体系，从各个方面、各个层面来统筹规划和实施。这体现了规划对于现代科技、经济、社会和环境等方面的影响力和重要性。现代社会需要完备的规划体系和系统，以促进全面、可持续和协调的发展。这是我在研究一五计划中的一个重要体会。

第三段：理解投资对于经济发展的推动作用

一五计划的实施，还得益于大量的投资，这也是他得以快速推进和达成目标的重要原因。投资可以支持和促进经济发展，促进国家财富的增长，同时也可以改善人民群众的生活水平。一五计划通过科学统筹、适应国情、因地制宜的投资策略，为我国的经济发展奠定了坚实的基础。

第四段：研究如何进行协调发展

我也从一五计划中看到了经济和社会发展的平衡发展，是真正推动社会进步的关键因素。经济的进步不能立足于牺牲环境或社会的大多数利益，必须要践行协调发展的理念，让经济增长更加可持续、人本和环保。这也是我从一五计划学到的一个重要理念，对于现代社会的发展具有重要启示作用。

第五段：受益于贯彻执行的决心和奉献精神

最后，我认为一五计划的成功，离不开当时政府和国民的决心和奉献精神。尤其是当时政府的领导，在经济发展、对外交往等方面变革开放，提高国际地位，取得了前所未有的成就。这启示我，作为当代国民和领导者，要以同样的决心和奉献为国家的现代化建设作出更大的贡献。

总之，通过研究一五计划，我认为我从中受益颇丰。它不仅让我更加深入地了解了社会主义建设，并且启示我们如何更好地推动经济社会发展，实现更加可持续和平衡的发展。

中国苏联计划经济体制篇五

飞到月亮上去，这是人类千百年来幻想。随着空间技术的发展，1959年，苏联发射的“月球1号”飞到月球附近，进行绕月飞行，开始了人类对月球的考察。1961年5月，美国总统肯尼迪在国会上提出了在60年代末把人送到月球上探测的计划“阿波罗月球探测计划”。“阿波罗”计划的任务包括为载人月球飞行作准备（由“阿波罗”1—10号完成），并进行载人月球飞行（由“阿波罗”11—17承担）。1969年7月20日，“阿波罗”登月舱降落到月面，开始了人类有史以来的登月活动。到了1972年，人类先后登月6次，对月球进行了一系列的科学考察，使人类对月球的认识更加全面、更加深入。

宇航员们放在月球上的地震仪记录表明，月球和地球一样，也有一层外壳，其厚度为40—60公里。这个数据是在风暴洋和弗。拉摩洛等地区测定的。月亮下面是月幔。月幔大致

又分为三层。上层月幔厚240公里左右，主要由古代“岩浆海”里沉淀下来的较重物质构成。中层月幔达480公里以上，这里大概还保存着混沌时代形成原始月球的“胚胎物质”。上述两层都是固态的，但具有可塑性。内层月幔处于局部熔融状态。月球的中心部分是月核，其温度约为1000摄氏度，远远不如地核那么热（地核温度为5000~6000摄氏度）。月核很可能是熔融的，可能是由低熔点的硫铁矿物质构成。对月球的探测还发现月球的质量分布不均匀，月球近侧存在几个“质量瘤”的重力异常区。

在“阿波罗”科学实验站里装设了很先进的月震仪器。经探测，月球上也有月震，但月震的次数比地震少得多，释入的能量也远远小于地震。月震很弱，最大的月震为1~2级。除了陨星撞击引起的震动之外，当月亮离地球最近或最远的时候，由于地球的起潮力作用，常会出现月震。

许多国家的科学家对宇航员带回的月岩样品进行了多种项目的共同研究。经实验室分析得出：月岩中已发现近60多种矿物，其中有6种在地面上尚未发现；在月岩和月土中发现了地球上的全部化学元素；没有发现可生存的月球有机物，也无古微生物的证据；在某些月岩中有微弱的剩余磁性；月球样品中存在许多太阳活动事件踪迹；根据样品的同位素分析，得出月球年龄约46亿年。在大部分被月尘和岩屑覆盖的月球表面上，宇航员看到各种形状、大小、出现频率不一的岩石，还发现月球表面散布着一些具有光泽的玻璃物质。月尘在各处的厚度不同，薄的地方只有几厘米，厚的地方有5~6米。

到达月球的宇航员在漆黑的月空中看到大而发光的地球。月球探测器还在月球空间拍下地球的照片以及绕观月球和地球队的照片。月球上的地球光要比地球上的月光明亮8倍多。

本世纪50年代以来，人类对月球探测所取得的成就，远远超过了多少世纪以来的地面观测。“阿波罗”登月成功，是人类科学的结晶，开创了人类认识月球的新纪元。随着科学技

术的发展，人类将可能建立沿月球轨道飞行的实验室，巨大的天文望远镜也将在月球上从没有空气的太空观测天空；人类也将可能把月球作为出发到遥远行星的一个落脚点。

中国苏联计划经济体制篇六

我观看了只有四分钟的飞天舞蹈，短短四分钟就让我赞叹不已。

首先是优雅的舞姿，如同线条一般有秩序的互相交错着，特别是鲜花绽放那个动作时，中间的舞者是花蕊，周围的舞者则是美丽的花瓣，那更是让我惊心动魄。

其次是优美的音乐，这音乐像是专门为飞天舞蹈而设计的，把舞蹈变得更生动，更有飞翔的感觉。

最后是相貌，舞者们个个如花似玉，如同仙女下凡。我敢肯定，这些人都是精挑细选出来的专业舞蹈演员，不然舞技怎么可能会这么好？长的怎么可能会这么漂亮？所以这些舞者们都是最优秀的舞蹈演员，最成了这支“飞天舞蹈队”！

《飞天》舞蹈的设计者一定花了不少时间，下了不少功夫，才设计出这支使我们赞不绝口的《飞天》！

杨丽萍生活在父母离异的家庭，和两妹妹一个弟弟跟母亲过。

她是中国舞蹈家协会副主席、《云南印象》总编导、中华民族民间舞蹈等级

考试专家委员会委员。被誉为中国五美人之一。19__年11月10日生于云南，

洱源白族人。身高1.65米，体重45公斤。

听了上面的介绍，你一定很吃惊吧！作为一个成人，体重只有45公斤，这是

她为了练孔雀舞，常年吃素造成的。

我应当怎样来描述杨丽萍的孔雀舞？

假如我是个诗人，我就要写出一首长诗，来描绘出她惊艳的舞姿。

假如我是个画家，我就要用线条，来描绘出她苗条灵动的身形。假如我是个音乐家，我就要用音符来传达出她轻捷的舞步。然而我什么都不是！我只能用我贫乏的文字来描写这高贵的舞蹈。看——灯慢慢的亮了，整个舞台上只有她一只孔雀，她舞起来了，她动起来了。

一只孔雀，在高视阔步。她时而侧身微颤，时而急速旋转，时而慢移轻挪，时

而跳跃飞奔……像一潭水，被石子一击，起了涟漪，一圈一圈荡漾开来。

她用柔嫩的腰肢，灵活的手指，轻盈的双脚，舞出神秘的境界。她的大眼，在

远的故事哪！华丽高贵的发髻，在宣布美的神气哪！

她是一个当之无愧的舞蹈家，她为中华民族写下了辉煌的一页。只要功夫深，铁杵磨成针。我们要学习她，只要坚持，什么事都能成功！

中国苏联计划经济体制篇七

新兴满族乡中心学校

二〇一一年三月

艺术形式。舞蹈教育适合幼儿的发育成长，使之更好地掌握身体，便

于有表情地、创造性地使用动作语言，以表达丰富的内心世界。

教学内容：

第一周 把身体训练成有表现力的工具，动作协调，对动作、音乐、节奏等的感

知更敏锐。基本功训练（1）地面压腿

第二周 培养丰富的感情、想象力、观察力。1、基本功训练（1）地面压腿、（2）

双吸腿

第三周 把身体训练成有表现力的工具，动作协调，对动作、音乐、节奏等的感

知更敏锐。1、基本功训练（1）地面压腿、（2）双吸腿、（3）勾绷脚练习 第四周 培养创造力、即兴表演能力以及艺术欣赏力和鉴力。1、基本功训练（1）

地面压腿、（2）双吸腿、（3）勾绷脚练习 第五周 培养丰富的感情、想象力、观察力。1、基本功训练（1）地面压腿、（2）

双吸腿、（3）勾绷脚练习2、训练组合《踏浪》3、小碎步练习4、神秘的森林

第六周 培养个人与个人、个人与集体共同合作的能力培养幼

儿的协调性和柔韧

第八周 培养幼儿的协调性和柔韧性培养丰富的感情、想象力、观察力。1、基

第九周 培养丰富的感情、想象力、观察力，协调性和柔韧性
1、基本功训练（1）

第十周 培养幼儿培养丰富的感情、想象力、观察力。的协调性和柔韧性 1、基

第十一周 培养丰富的感情、想象力、观察力和协调性与柔韧性 1、基本功训练

第十二周 培养创造力、即兴表演能力以及艺术欣赏力和鉴力。
1、基本功训练

第十三周 培养创造力、即兴表演能力以及艺术欣赏力和鉴力。
1、基本功训练

第十六周 1、把身体训练成有表现力的工具，动作协调，对动作、音乐、节奏

第十七周 1、把身体训练成有表现力的工具，动作协调，对动作、音乐、节奏

第十九周 1、把身体训练成有表现力的工具，动作协调，对动作、音乐、节奏

第二十周 1、把身体训练成有表现力的工具，动作协调，对动作、音乐、节奏

所需器材：1、电脑 2、投影 3、电视 4、音响 5、泡沫板

6、教师服装

新兴满族乡中心学校

中国舞教学计划

本学期共有37课时，基于上学期学习的基础上，本学期开展维族舞蹈的教学，先从基本的手型，步法，手位，进行教学，最后以一成品舞蹈《魅力新疆》作为成品舞汇报演出。用时20课时。

本学期占用17课时学习蒙族舞蹈组合，傣族舞蹈组合，苗族舞蹈组合，以舞蹈串烧的形式作为汇报演出。维族舞教学简介（只需了解）

维吾尔族民间舞蹈中具有：微颤的动律、多变的舞姿、高超的技巧。其微颤的动律，膝部规律性、延续化的颤动，体现出沙漠上行走的特征；多变的舞姿，在于它广泛吸收西域乐舞的优长；而技巧的运用，正是继承并发展了胡腾舞、胡旋舞、柘枝舞中，那些跳跃、旋转以及腰部的各种技艺。他们生活中经常举行的买西热普则是西域饮宴乐舞的遗风。

买西热普一词，维吾尔语意为欢聚娱乐是喜庆节日

中，人们欢聚一起即兴歌舞弹唱的活动，活动由年长者主持，进行中还常对诗、猜谜、讲笑话等，乐曲声、歌声起始后，人们互为邀请或自动上场起舞，即兴发挥。主人还常备些水果、食品招待乐师和客人们。好热闹的年轻人常出些洋相逗乐，或表演些山羊舞、鹅舞之类的小节目活跃气氛。

山羊舞，表演者用简单的道具扮成山羊，悄悄地来到围坐在地毯上群众的后面，先咩一、咩一地叫唤两声，然后和着乐曲蹦跳进场，表演吃草、喝水、磨角，又去用角顶人等，总会引起小的骚动和欢笑。

鹅舞，表演者翻穿皮衣，把右手退进袖内，用红布扎起袖口

作鹅嘴扮成鹅状，随着乐曲摇头摆尾徐缓进场表演，人们常和着乐曲唱赞美或贬义之词，当鹅听到赞美时，就欢快起舞；反之，就用嘴啄丑化他的人，表演风趣、活泼。这种民俗活动是古代西域乐舞的遗风，又是青年人学习本民族风俗、礼仪，学习民间舞蹈与即兴创作的机会。其它舞蹈如赛乃姆、多朗舞、纳孜尔库姆等形式，也常在买西热普中表演。

称，习惯上人们都把地区的名称冠于前面，如：库车赛乃姆、喀什赛乃姆、和田赛乃姆等。各地的表演形式大同小异，只是在乐曲和舞蹈风格上有着明显的区别。其形式也是自由进场，互相邀请，即兴发挥。表演中，经常出现打指（两指打响）、移颈（动脖子）以及扬眉、动目等动作，让人看后随即联想起唐·杜佑《通典》关于胡舞的描述；想起唐诗扬眉动目踏花毡（李端《胡腾儿》）的名句。这正是古代乐舞文化在这些地区舞蹈中的遗存。多朗舞，流传于塔里木盆地大沙漠边缘的麦盖提、巴楚等地。多朗一词，是该地区维吾尔族人的自称，也是舞蹈形式的名称。此舞由《多朗木卡姆》（大型套曲）伴奏，并且和着乐曲有高亢的男声伴唱；表演为双人对舞的形式，参加者人数有限。表演分为四组动作：第一组为6/8拍，节奏平缓，但又有跳动感，膝部的颤动尤为明显；第二、第三组，节奏逐渐转快，舞姿豪放、有力，动作规范、严谨，其中还有近似弯弓骑射的舞姿；第四组是快板，两人作竞技性旋转对舞，把表演推向高潮。这时，大家鼓掌、呼喊为之加油，直至留下一名旋转技巧最高者。那贯穿全舞微颤的动律，高亢而近似呐喊的歌声，使人们不禁联想到多朗人战胜干旱，在沙漠边缘开辟绿洲时艰苦奋斗的情景，也为他们所创造的绿洲舞蹈文化赞叹不已。

纳孜尔库姆，流传于古西域火州、即今日吐鲁番一带，是以弦乐和歌声伴奏的双人对舞的形式，并分为一般表演和竞技两部分。前者以滑稽可笑的动作，模拟生活中的拉面、绑鞋、鸭子走路等形态；并以夸张的手法模拟对方。后者两人各出新招以压倒对方，群众和着声鼓声有节奏地呼喊强将相逢、快出新招之类激励的语言以助兴。这时，表演者大显身手，

或动肩相靠，或扶膝蹲跳旋转，其动态与黑熊搏斗舞颇有近似之处；而鼓点的节奏却与秧歌的结束点相同。这和吐鲁番自唐、宋以来是多民族杂居的地方有关，带有古乐舞的遗意；它是各种舞蹈文化互为影响，各种形式相互吸收的结果，也是今日各民族和睦相处的写照。

蒙族舞 蒙古族自古以来就以能歌善舞著称。蒙古族人善于用舞蹈淋漓尽致地表现牧人的生活，表达牧人的美好情感。蒙古族舞蹈形式多样，内容丰富。流传于兴安地区民间的蒙古族舞蹈主要有以下几种：一是盅碗舞。盅碗舞一般为女性独舞，具有古典舞蹈的风格。舞者头顶瓷碗，手持双盅，在音乐伴奏下，按盅子碰击的节奏，两臂不断地舒展屈收，身体或前进或后退，意在表现蒙古族妇女端庄娴静、柔中有刚的性格气质。舞蹈利用富有蒙古舞风格特点的“软手”、“抖肩”、“碎步”等舞蹈语汇，表现盅碗舞典雅、含蓄的风格。兴安盟民间流传的盅碗舞，舞姿质朴简单，没有严格的规律动作。

二是筷子舞。筷子舞以肩的动作见长，一般由男性表演。舞者右手握筷，不时击打手、腿、肩、脚等部位，有时还击打地面（或台面）。随着腕部的翻转变换，有时肩部活泼地耸动，有时腿部灵活地跳跃，有时转身左前倾，有时转身右前倾。其肩部的动作既有律动感，又具有一种特殊的韵味，融欢快、优美与矫健为一体。动作虽简单，但却以技巧取悦观众，故有一定的表演性质。在兴安盟民间流传的筷子舞，既有男性独舞，也有男女群舞。在表演形式上由单手执筷子发展为双手执筷子，肩部、腰部、腿部的舞蹈语汇也更加丰富。因此舞蹈显得欢快、明朗、新颖，淋漓尽致地表现了蒙古族热情、开朗、剽悍、豪迈的民族个性。

中国舞蹈（初级班）教学计划

教师：金买

幼儿舞蹈兴趣活动在训练教学上分为三大部分：

一、舞蹈基础训练。也可称为舞蹈的基本技能训练。主要是采用地面训练的方式，训练（4—7岁）这一年龄段的幼儿所能掌握的舞蹈基本能力和基本动作。

二、表演性组合。主要训练幼儿动作的协调性和艺术表现力。力求充分挖掘幼儿的天性，使幼儿的舞蹈动作能够达到高一层次的协调流畅。从而启发幼儿用肢体去表达情绪，抒发感情。

三、中华民族民间舞蹈等级考试教材第一级的教学和中国舞等级考试教材的教学。

基础训练与表演性训练相结合的方法，更加适用于幼儿舞蹈训练及各种演出需要，使训练更具有针对性和目的性。

本年级的教学任务也很明确： 1. 认识身体的基本部位『头，颈，肩，背，腰，臂，手，膝，踝，趾』，并对这些部位进行松弛，伸展和灵活运用初步联系。2. 认识身体部位的左右。

3. 认识音乐节拍，培养幼儿按节拍做动作。 4. 培养儿童带着愉悦的心态学习舞蹈，使他们在舞蹈中产生对舞蹈的热爱。

第一节课

基础训练内容：1、列队、坐姿，2、站姿、勾绷脚练习 3、正压腿 4、侧压腿

第二节课：

基础训练内容：1、勾绷脚的基本练习、正压腿、侧压腿 2、开胯练习

3、基础训练内容：拉肩练习 4、舞蹈组合内容：《走步》

第三节课：

第四节课：

第五节课：

1、基础训练内容：跪下腰

2、舞蹈组合内容：音乐反应《球球操》

第六节课：

1、基础训练内容：跪下腰

2、舞蹈组合内容：音乐反应《打花巴掌》（汉族风格）

第七节课：

1、基础训练内容：跪下腰

2、舞蹈组合内容：拉伸练习《小蜗牛》

第八节课：

1、基础训练内容：跪下腰 前压腿组合 2、舞蹈组合内容：
音乐反应《我的小小手》

第九节课：

第十节课：

1、基础训练内容：吸伸腿练习 2、舞蹈组合内容：《数星星》

第十 一节课：

1、基础训练内容：吸伸腿组合 2、舞蹈组合内容：《我是小画家》

第十二节课：

1、基础训练内容：小八字步、大八字步 2、舞蹈组合内容：脚位组合第十三节课：

1、基础训练内容：头部练习 2、舞蹈组合内容：头的动作组合第十四节课：

1、基础训练内容：跪地踢后腿 2、舞蹈组合内容：舞蹈组合一的分解动作

第十五节课：

1、基础训练内容：跪地踢后腿 2、舞蹈组合内容：《小鸡啄米》

第十六节课：

1、基础训练内容：跪地抬后腿 2、舞蹈组合内容：排练表演舞蹈《枣园童趣》

第十七节课：

2、舞蹈组合内容：排练表演舞蹈

第十九节课：

1、基础训练的整体复习

2、舞蹈组合内容：排练表演舞蹈

第二十节课：

- 1、基础训练的整体复习
- 2、舞蹈组合内容的复习

第二十一节课： 1、复习

2、复习

第二十二节课：

一、幼儿情况分析

进一步完成第二级组合的各项要求，准确认识教室的8个基本方位，初步达到颈立、背直、腿直、脚绷等要求，培养幼儿载歌载舞的习惯和舞蹈时愉快的心态。

四、教学手段

一、扶把动作时能保持身体直立；

二、站立时“重心”正确；

三、腿直、脚绷，腰腿软度基本达标；

四、藏族舞和蒙古族舞的“舞步”和“舞姿”准确；

五、动作协调，节拍准确；

六、舞蹈时有自娱感、有热情。

曾经，我们眼中有拥抱春天的狂欢，有舞台下观众热烈的掌声，有扩写着唯美浪漫的文字。

如今，半生已过，我们平凡的如同一杯开水，不再急着添加色料，不再忙着战胜别人，而是默默沉淀，如一波波暗流涌动的潮水，低调地奔腾着。

来日方长，其实并不长，该拼搏就拼搏，该开心就开心，生命哪有时间留给悲伤啊！

你该有的是非成败，别人也曾有过，你该有的辛酸苦辣，谁也不会缺席。不管怎样，我们总要演好人生这场大戏，直至生命落幕。

不谈亏欠，不负遇见。回首一片风雨飘摇，时光的胶卷里，有我们沉默的黑与白，也有我们舒展的大森林，在那里，回放着我们骄傲的荒唐事，也切磋着每一天的下酒菜。

半生已过，见过了天地辽阔，我依旧会翻山越岭，看自己想看的风景，见自己想见的人。

世上本无枷，心锁困住人。如果一个人活得过于谨慎，事事都为别人考虑，最后，不但得不到应有的珍惜，反而连自我都会失去。真正的快乐，是源于一颗自由自在的心。

倦了，累了，烦了，难过了，身边无伴的时候，也要学会善待自己，不妨为自己做一顿可口的饭菜，人生虽苦，升腾的米香味，依旧能带来一种妥帖的温馨。再冷的天，一颗心灼热着，人间就值得。

半生已过，看尽了人生百态，我依旧会为了瞬间的感动，泪流满面、手舞足蹈。

无论何时何地，我都会被美好的力量所牵引，期待生活中的每一次小惊喜。时常也会贴上一张“叛逆”的标签，把生活过成了信仰，去突破，去享受。人生，也就因为有了这样一块一块的小甜品，才会觉得幸福、开心、畅快、美好。

当一个人活出了真意，就会有趣，生动，有青山绿水，有天地光阴。那里有你走过的风景，踏过的泥泞，邂逅的故事，在一段文字中突然悟出的道理，还有经历沧桑后仍能保持的天真姿态。

半生已过，经历了聚散离合，我依旧期待友情，更相信那种愿得一人心，白首不分离的爱情。

随着岁月的流逝，增长的不只是年纪，还有宽阔的胸怀。很多时候，活得不快乐，是因为我们用火焰燃烧火焰，用破碎打击破碎。昨日匆匆，无法挽回，别让坏情绪耽误了你的人生。生活的真经，就是好好吃饭，好好睡觉，好好走向我们的天荒地老。

命运洪流，世事无常，你只有豁达接受那些不完美，遇到雷鸣闪电，从容自若，微笑着为自己撑起一把伞，才能在风雨中开出一朵花，繁茂生长。相信一句话：你若盛开，蝴蝶自来，你若精彩，天自安排。

张小娴说：“当你明白人生只有一次你就知道，每一个年纪也都是重新出发的年纪，请不要停下来，请你远离无知和束缚，请你去学习、去进步、请你去爱、去追寻，去活出一个最好的你。”

身上衣、碗中餐、一家人围坐，两三好友常聚，一天天过去，全是人间暖态。半生已过，每天醒来，空气依旧清新，花儿依旧芬芳，尽管生了白发，长了皱纹，但内心依旧活力四射，灵魂深处依旧延续着一个个少年梦。

活着，就是一个不断学习的过程，人这一生，每个季节都不可省略，没有最好的年龄，只有最好的心态。因为，这个世界，正奖励那些活出自己的人。

人生不要惧怕：不要惧怕说错话；不要惧怕走错路；不要惧

怕忆过去；不要惧怕望未来。

人生应该理智：在情绪不良时，心态要平稳；在伤悲流泪时，不要作任何决定；在急躁冲动时，不要让情感的闸门决堤。

人生应该从从容容，坦坦然然；生活应该有滋有味，欢欢畅畅。生命存在一日，就要尽享人生！享受人生的过程，要比注重其结果更实惠，更有意义，更有价值！

人，就是要活得潇洒：不要和别人过不去，与其常常栽刺，不如处处种花；种花会令人赞赏，栽刺会使人受伤。不要和自己过不去，别为一个小小的职位而恼怒，别为一点微薄的报酬而计较；别为一些闲言碎语而生气，别为一丝不如人意而叹气。

不为名所累，不为利所动，不为官所恼，不为情所困，是人们最宽广的胸襟。

不争不斗是原则，察言观色仍要得。千人千面要认清，心明眼亮辨是非。

马善，人人皆爱骑；人善，不该有人欺。

人说人话皆正常，人说鬼话须提防，鬼说人话人遭殃。

为人处世要真诚，真心掏给真心朋；面对两面三刀者，理当口应心不应。

人活一世，应尽力发热发光，应活得精彩，活得辉煌。人生如树如花，有其干壮枝茂，叶绿花红的历史；人生又如落叶，终有其零落的那一天。但是，有谁能忘记它曾经有过的叶的嫩绿，花的绚烂？！

人的一生，犹如负重远行。行程之中，或路过绚烂的鲜花，

或遭遇刺人的荆棘；或行走于宽阔的大道，或跋涉于重重的山水；或穿越于柳暗花明的林荫曲径，或挣扎于坎坷泥泞之中。这所有的所有，或喜或悲，或成或败，只取决于人生的态度和行为。

有几句祖孙俩的对话引人深思：爷爷对孙子说：“每个人的身体里都有两只狼，它们时常残酷的相互搏杀。一只狼代表愤怒、嫉妒、骄傲、恐惧和耻辱；另一只代表温柔、善良、感恩、希望、微笑和关爱。”孙子着急的问：“爷爷，哪只狼更厉害？”老人回答：“你经常喂食的那一只”。人生冷暖，要坦然面对，从容视之；世态炎凉，要随遇而安，泰然处之。

中国苏联计划经济体制篇八

送糖果

二、活动目标

- 1、在轻松的游戏情境中练习双脚同时向前跳，发展幼儿的跳、钻、平衡等动作。
- 2、通过游戏，发展幼儿动作的协调性及灵敏性。
- 3、懂得遵守游戏规则，感受参加集体活动的乐趣；培养幼儿不怕困难、勇往直前的心理品质。

三、活动准备

- 1、糖果若干(提前发给幼儿)；
- 2、《兔子跳跳跳》音乐、轻音乐；
- 3、布置好场地：小桥(平衡木2个)、小河(呼啦圈6个)、小山洞(拱形门2个)、终点蘑菇2个。

四、活动过程

(一)情境导入，激发幼儿兴趣

1、师：今天是兔奶奶的生日，兔妈妈带着你们去给兔奶奶过生日吧！

2、热身运动

师：“出发之前，先请小兔子们和兔妈妈一起来做个运动吧。”

做准备活动《兔子跳跳跳》。

3、师：“运动做完了，让我们快点去兔奶奶家吧，对了，兔奶奶过生日，我们应该给兔奶奶准备生日礼物的，你们是不是已经准备好了(小朋友出示准备好的糖果)”。

(二)游戏：送糖果

1、教师边示范边介绍游戏方法。

2、练习本领

兔妈妈提问，幼儿回答。

(1)、“遇到小桥怎么办？”

“走过去。”(要求：过小桥的时候要张开双臂，保持平衡)

(2)、“遇到小河怎么办？”

“跳过去。”(要求：走到呼啦圈前。双脚起跳，跳入圈中，然后跳出来)

(3)、“遇到小山洞怎么办?”

“钻过去。”

教给幼儿紧缩身体，变得小小的，从拱形门下钻过。

(4)、送糖果

最后将糖果放到终点蘑菇上，要求幼儿一个接一个、不拥不挤地“过桥”“过河”“钻山洞”“送糖果”。除此之外，还要求幼儿在送糖果的路上，要像小兔子一样双脚连续前跳。

3、幼儿排好队，分成两组，进行游戏。教师观察并对个别动作不协调的幼儿进行指导。

(三)讲评活动

师：兔奶奶收到我们小兔宝宝的生日礼物非常的开心，谢谢小兔子们!

1、总结活动中出现的问题，重点鼓励、表扬活动中不怕累不怕苦，坚持到底，勇敢的幼儿。、放松活动。

(四)放松活动

幼儿根据柔和的音乐做伸展运动，同伴间相互揉揉肩、捶捶后背。

中国苏联计划经济体制篇九

为了推进依法治教，切实保障学生身心健康，培养学生的法制观念和良好品行，有效地预防和减少小学生的违法和犯罪现象，继续深入开展我校法制宣传教育，实现学校的培养目标，现结合我校教育工作实际，制订本规划。

一、指导思想和总体目标

坚持法制教育与法制实践相结合，紧密联系教育改革，注重教育的实效，深入进行以宪法、基本法律法规为主要内容的宣传教育，进一步增强全校师生的宪法观念和法律意识，不断提高学校依法办事和依法管理水平，增强青少年学生的知法守法意识，积极开展依法治校，全面推进依法治教，实现教育事业的依法管理。

二、学习内容及要求：

主要学习与学生学习生活相关的法律和道德教育方面的基本知识。重点抓好《教育法》、《教师法》、《义务教育法》、《未成年人保护法》、《预防未成年人犯罪法》、《交通安全条例》等法规教育。做到法制教育与思想教育相结合；条文灌输与形象教育相结合；课堂教育与课外教育相结合；思想教育与行为训练相结合；面上教育与重点教育相结合。组织生动活泼、形式多样的法制教育活动，提高学生学法的积极性。

三、教育对象

实施普法对象是：全体教职员和学生。重点对象是少年学生。

四、方法与步骤

1、坚持面授为主，组织自学为辅的教育方式。充分发挥校业余党校、校业余团校、政教处等教育机构的宣传培训教育骨干作用，层层培训普法骨干师资。利用课堂主渠道作用加强青少年法制教育。坚持使学校法制学习制度化、经常化。采用集中学习辅导和分散自学相结合的方式抓好教职员工的普法工作。各类普法对象在组织面授予的基础上均应进行合格考试。

2、广泛开展法制宣传教育。协同有关部门要注重搞好法制教育宣传舆论工作。要通过发放法制宣传教育读本、召开教师会议、学生班队活动、晨会课、《国旗下讲话》、黑板报、宣传橱窗传展览、学校广播之声等多种形式开展宣传工作。

3、积极开展各类活动增强法制宣传教育的效果。要结合本校实际，把开展法制教育与”警校共建“、“家校共建“、“社区教育“、“以案说教”等多种活动形式有机结合。

4、考试和考核：通过培训学习，每个阶段学法、用法情况进行考试和考核，健全学法用法情况登记制度。