

# 2023年街舞教学计划表(汇总5篇)

光阴的迅速，一眨眼就过去了，很快就要开展新的工作了，来为今后的学习制定一份计划。相信许多人会觉得计划很难写？以下是小编为大家收集的计划范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 街舞教学计划表篇一

- 1、培养幼儿喜欢跳舞和做音乐游戏。
- 2、能按音乐节拍做动作，培养节奏感。
- 3、认识自己身体的各个部位，学习正确的坐立基本姿势。
- 4、学会几种简单的基本舞步，能在众人面前自由地、愉快地表演。

### 二、周次和目标：

#### 第一周：

- 1、练习队形，站立、压脚背跪坐的姿势。
- 2、交待舞蹈课的常规要求。
- 3、认识自己身体的各个部位(头、颈、肩肘手、跨、脚尖、脚背、脚跟等)。

#### 认识身体动作分解：

1-8：用手边指各部位边大声说，头头-胸胸-肚子肚子-头胸肚子

2-8: 反复一次。

3-8: 肩肩-肘肘-腕子腕子-手手(左右各一次)

4-8: 跨跨-膝盖膝盖-脚腕脚腕-脚脚

5-8: 双手向左旁平伸, 反复一次。

6-8: 前伸手, 低头-后伸手, 仰头

7-8: 左前方-右后方(双手平伸)

8-8: 反复一次

第二周:

1、复习上周的学习内容。(站立、压脚背跪坐、认识身体动作)

2、学习盘腿坐, 要求幼儿双腿盘坐、头向正前方看、背部挺直。

手部动作组合分解: 手放在腰后, 站立。

1-8: 双手前伸五指伸开, 手(打开-合拢)

2-8: 手腕左右转动, 五指张开。手由前伸-双山膀(手转动)

3-8: 左手握拳-打开, 反复一次

4-8: 手画圈-手放背后-双手向前伸出(最后一拍)重复一次

第三周:

1、复习上周的学习内容。(盘腿坐、手部动作)

2、学习伸腿坐，要求幼儿双腿伸直并拢、双手轻放在身体两边，头向正前方看、背部挺直。

3、学习小舞蹈《两只老虎》：前奏：双手随节奏拍手、点头

1-8：双手五指张开伸直，两臂上举，膝弹动两臂屈伸在两旁(左右一次)

2-8：小碎步，两臂上举，小碎步，两臂侧平举

3-8：右手单指指眼睛，双手向后立掌同时小碎步

4-8：山膀位，击掌经头顶双手打开

间奏：跟随音乐点头

第四周：

1、复习上周的学习内容。(伸腿坐、小舞蹈)

2、学习踵趾步，小八字步准备。

2-8：右腿直立，左脚向6点撤步，脚尖点地，脚面向外，身体略前倾面向8点上方，反复一次。

第五周：

1、复习上周的学习内容。(踵趾步、小八字步)

2、学习勾绷脚。

腰部动作组合分解：

前奏：手放在腰后，压脚背跪坐

1-8: 双手曲肘上下叠放在胸前，身体随节奏左右摆

2-8: 双手前伸做放物状，双手翻掌后放在身体两侧

3-8: 重复第一个八拍

4-8: 手放在嘴边身体前倾，脚压脚背跪坐

5-8: 左手放在肩旁左右摆动，右手伸直放在身体旁，身体向左转身面向2点

6-8: 双手交叉画圈，压脚背跪坐

7-8: 双手放在身体两旁，身体左右摆动，身体面向1点

8-8: 双手合掌放在脸旁，做睡觉状

第六周:

1、复习上周的学习内容。(勾绷脚、腰部动作)

## 街舞教学计划表篇二

我叫谢林颀，在巴溪湾小学二（4）班上学。我喜欢书法、绘画、运动，其中我最喜欢的是跳街舞。

我清楚的记得，那是20xx年10月的一天，我们正在上美术课，学校街舞社团的老师来我们班级选队员，我被选上了，成为街舞兴趣班的一员，这是我第一次接触街舞。通过学习，我知道了街舞起源于美国，是美国黑人城市贫民的舞蹈，街舞的节奏感强，观赏性好，竞争性和参与性高，跳起来又酷又帅，还可以健身。

开始上街舞课了，我很认真地跟着街舞老师学，可是一开始

我觉得跳街舞太难了，动作复杂，老是跟不上鼓点。还好妈妈和老师都一直鼓励我，我就更加努力地练习，相信坚持就是胜利。在班级走廊、学校操场、家里、舞室，我有时间就不停地练习各种各样的动作，有头撑、四点、三点、肘头、肘撑、腹撑、小风车、跳跃、翻转等。后来我参与排练了《本草纲目》、《龙拳》、《功夫熊猫》等好几支齐舞，在20xx年和20xx年我们学校欢庆“六一”活动中，我很荣幸代表街舞社团参加了演出。

有努力就有收获，我的街舞越跳越好了，大家都叫我“街舞小王子”。

### 街舞教学计划表篇三

通过学习武术，来增强体质、培养意志、注重内外兼修的民族传统体育项目，经常参加武术锻炼，可以提高人的运动、消化、神经、心血管等系统的功能，武术兴趣班坚持“以人为本”的教育思想，通过学习，使孩子们掌握一项运动技能，丰富文化生活的目的。

武术兴趣班将根据幼儿的实际身体素质的情况，选择适合的教学内容分期进行。

#### 一、教学目标：

1. 培养孩子对武术运动的兴趣，鼓励参与这项运动。
2. 掌握武术项目的基本动作，并通过参与武术运动的训练增强体质、提高体能。
3. 了解科学锻炼身体的方法，自觉地自我锻炼。

#### 二、教学内容：

3月份：

第一周：冲拳、架拳、马步 游戏：老鹰抓小鸡

第二周：推掌、弓步 游戏：老狼老狼几点了

第三周：弓步搂拳冲拳 游戏：请你跟我这样做

第四周：复习一、二、三周的内容

4月份：

第一周：正踢腿 游戏：长高了变矮了

第二周：提膝穿掌、砸拳 游戏：看谁能追上我

第三周：侧踢腿 游戏：接力赛

第四周：复习五、六、七周的内容

5月份：舞蹈：众人划桨开大船 健美操小组合

6月份：总复习幼儿拳完整动作

三、教学方法及要求：

方法：必须遵循教师的主导作用与孩子们的自觉积极性相结合，直观教学与启发思维相结合，系统性与武术的兴趣教学相结合，巩固提高与训练相结合的基本原则。

要求：

1. 准确连贯的完成全套动作；
2. 动作规范，节奏明显；

3. 熟悉单个动作的名称。

## 街舞教学计划表篇四

完整法是指从动作的开始到结束，不分部分和段落的进行完整讲解、完整示范，完整练习的教学方法。此种教学方法优点在于不割裂动作的各个部分或动作之间的内在联系，一开始就使学生建立正确的完整动作技术概念，并在练习过程中不致影响动作结构和动作连接技术。分解法是指教师对所学的复杂动作或组合动作，按技术环节合理的分解成几个部分或段落分别进行教学，最后达到全部掌握动作的方法；在纠正错误动作时也广为使用。有分解讲解、分解师范、分解练习。采用此教学法应注意以下几点：

第一，完整法适用于那些结构相对简单易学的动作，而对具有一定难度和复杂的动作，可以采用慢速完整教学法，待学生熟练后在恢复到正常速度；如果教学对象的水平较高，也可直接采用完整教学法。

第二，分解法的优点是把复杂的动作简单化，减少学生开始学习困难，增强掌握动作的信心；但分解法容易使动作之间脱节，连接技术遭到破坏，因此，分解教学过程不易太长，最后还要过渡到用完整法来教学。

第三，在技术教学实践中，完整法和分解法通常是紧密结合、交叉使用的，而且经常富于其他各种教法之中。

## 街舞教学计划表篇五

女：奔跑在时代的最前沿，我们用街舞尽展青春的风采

男：成长在潮流的最前线，我们用街舞挥洒才华与魅力

女：舞起来男：舞起来

女：舞动青春，舞动希望

男：感谢各位评委老师的莅临指导

女：本次街舞精英挑战赛到此结束

合：谢谢大家

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)