

课程内容描述及安排

(1) 课程主要内容描述（女班）

序号	教学单元	课程主要内容	教学重、难点	教学建议	学时
1	单元一 藏族	基础性训练 步法训练 (2) 风格性训练 (3) 综合表演性训练	对藏族舞蹈典型风格动律的掌握与体现	集体授课、讲授示范相结合； 课前了解所学民族背景知识； 课后运用早晚功对课堂所学动作进行分组练习	54
2	单元二 蒙古族	(1) 体态训练 (2) 胸背训练 (3) 肩部训练 (4) 腕部训练 (5) 臂部训练 (6) 弹拨手训练 (7) 马步训练 (8) 综合训练 (9) 综合表演性训练	对蒙古族舞蹈典型风格动律的掌握与体现	(1) 集体授课、讲授示范相结合； (2) 课前了解所学民族背景知识； (3) 课后运用早晚功对课堂所学动作进行分组练习	54
3	单元三 东北秧歌	(1) 动律训练 (2) 手巾花训练 (3) 踢步训练 (4) 跳踢步、双颤步训练 (5) 顿步训练 (6) 走场训练 (7) 综合表演性训练	对东北秧歌舞蹈典型风格动律的掌握与体现	(1) 集体授课、讲授示范相结合； (2) 课前了解所学民族背景知识； (3) 课后运用早晚功对课堂所学动作进行分组练习	54

4	单元四 山东秧歌	(1) 胶州秧歌： 正丁字拧步训练 倒丁字碾步训练 传统组合训练 (2) 海阳秧歌： 提沉训练 提裹拧训练 摆步训练 传统组合训练	对山东秧歌舞蹈典型风格动律的掌握与体现	(1) 集体授课、讲授示范相结合； (2) 课前了解所学民族背景知识； (3) 课后运用早晚功对课堂所学动作进行分组练习	54
5	单元五 维吾尔族	(1) 基础性训练 (2) 步法训练 (3) 风格训练 (4) 技巧训练 (5) 综合表演性训练	对维吾尔族舞蹈典型风格动律的掌握与体现	(1) 集体授课、讲授示范相结合； (2) 课前了解所学民族背景知识； (3) 课后运用早晚功对课堂所学动作进行分组练习	54
6	单元六 傣族(或者苗族) 注：傣族和苗族女班教材由任课教师根据实际情况2选1进行授课	(1) 基础性训练 (2) 风格性训练 (3) 综合表演性训练	对傣族(或者苗族)舞蹈典型风格动律的掌握与体现	(1) 集体授课、讲授示范相结合； (2) 课前了解所学民族背景知识； (3) 课后运用早晚功对课堂所学动作进行分组练习	54
7	单元七 秀山花灯(或者羌族)	(1) 基础性训练 (2) 风格性训练 (3) 综合表演性训练	对秀山花灯(或者羌族)舞蹈典型风格动	(1) 集体授课、讲授示范相结合； (2) 课前了解所学民族背景知识；	36

			律的掌握与体现	(3)课后运用早晚功对课堂所学动作进行分组练习	
8	<p>单元八 安徽花鼓灯(或者朝鲜族)</p> <p>注:安徽花鼓灯和朝鲜族女班教材由任课教师根据具体情况2选1进行授课</p>	<p>(1)基础性训练</p> <p>(2)风格性训练</p> <p>(3)综合表演性训练</p>	对安徽花鼓灯(或者朝鲜族)舞蹈典型风格动律的掌握与体现	<p>(1)集体授课、讲授示范相结合;</p> <p>(2)课前了解所学民族背景知识;</p> <p>(3)课后运用早晚功对课堂所学动作进行分组练习</p>	72

(2) 课程主要内容描述 (男班)

序号	教学单元	课程主要内容	教学重、难点	教学建议	学时
1	单元一 藏族	<p>(1)基础性训练</p> <p>(2)步法训练</p> <p>(3)风格性训练</p> <p>(4)综合表演性训练</p>	对藏族舞蹈典型风格动律的掌握与体现	<p>(1)集体授课、讲授示范相结合;</p> <p>(2)课前了解所学民族背景知识;</p> <p>(3)课后运用早晚功对课堂所学动作进行分组练习</p>	54
2	单元二 蒙古族	<p>(1)体态训练</p> <p>(2)胸背训练</p> <p>(3)肩部训练</p>	对蒙古族舞蹈典型风格动律的掌握与体现	<p>(1)集体授课、讲授示范相结合;</p> <p>(2)课前了解所学民族背</p>	54

		<p>(4)腕部训练</p> <p>(5)臂部训练</p> <p>(6)弹拨手训练</p> <p>(7)马步训练</p> <p>(8)综合训练</p> <p>(9)综合表演性训练</p>		<p>景知识；</p> <p>(3)课后运用早晚功对堂所学动作进行分组练习</p>	
3	单元三 山东秧歌	<p>(1)外环上晃拧动律</p> <p>(2)外环下晃拧动律训练</p> <p>(3)内窠拧动律训练</p> <p>(4)跑鼓子训练</p> <p>(5)传统组合训练</p>	对山东（鼓子）秧歌舞蹈典型风格动律的掌握与体现	<p>(1)集体授课、讲授示范相结合；</p> <p>(2)课前了解所学民族背景知识；</p> <p>(3)课后运用早晚功对堂所学动作进行分组练习</p>	54
4	单元四 维吾尔族	<p>(1)基础性训练</p> <p>(2)步法训练</p> <p>(3)风格性训练</p> <p>(4)综合表演性训练</p>	对维吾尔族舞蹈典型风格动律的掌握与体现	<p>(1)集体授课、讲授示范相结合；</p> <p>(2)课前了解所学民族背景知识；</p> <p>(3)课后运用早晚功对堂所学动作进行分组练习</p>	54
5	单元五 傣族	<p>(1)基础性训练</p> <p>(2)风格性训练</p> <p>(3)综合表演性训练</p>	对傣族舞蹈典型风格动律的掌握与体现	<p>(1)集体授课、讲授示范相结合；</p> <p>(2)课前了解所学民族背景知识；</p> <p>(3)课后运用早晚功对堂所学动作进行分组练习</p>	54
6	单元六 秀山花灯	<p>(1)基础性训练</p> <p>(2)风格性训练</p>	对秀山花灯舞蹈典型风格动	<p>(1)集体授课、讲授示范相结合；</p>	36

		(3)综合表演性训练	律的掌握与体现	(2)课前了解所学民族背景知识; (3)课后运用早晚功对堂所学动作进行分组练习	
7	单元七 安徽花鼓灯	(1)基础性训练 (2)基本步法训练 (3)鼓架子训练 (4)打腿训练 (5)传统组合训练	对安徽花鼓灯舞蹈典型风格动律的掌握与体现	(1)集体授课、讲授示范相结合; (2)课前了解所学民族背景知识; (3)课后运用早晚功对堂所学动作进行分组练习	54
8	单元八 朝鲜族	(1)基础性训练 (2)风格性训练 (3)综合表演性训练	对朝鲜族舞蹈典型风格动律的掌握与体现	(1)集体授课、讲授示范相结合; (2)课前了解所学民族背景知识; (3)课后运用早晚功对堂所学动作进行分组练习	72

注：1、部分模块为 2 选 1 进行选择授课。

2、同年级不同班级学生汉族部分和少数民族部分族以轮换的形式进行授课。