**2020-2021舞蹈大班学年计划**

**加强基本功训练。了解中国藏族舞蹈歌中有舞、舞中有歌，歌舞一体独特的民族艺术风格。通过藏族舞的学习 ，初步掌握藏族舞的基本舞步、舞蹈造型、动律特点等。 扩大学生的舞蹈眼界，丰富舞蹈知识，提高舞蹈表现能力和鉴赏能力。**

1. **加强基本功练习，练习藏族舞身韵。**

**二，学习藏族舞蹈《溜溜的康定，溜溜的情》**

**较常见的****藏族舞蹈有弦子、锅庄、踢踏等，每堂课进行练习。**

**1、****踢踏舞： （****1）第一基本步（2）退踏步（3）抬踢步 （4）嘀嗒步（5）连3步（6）七下退踏步**

**2、弦子舞基本舞：身体动律是重拍向上，膝关节的屈伸应有韧性。  
　　（1）平步（2）靠步（3）单撩步（4）拖步**

　　3、**臂基本动作**

**撩袖2、摆袖3、掏甩袖 组合训练 踢踏组合2、弦子组合**

**日期计划内容安排：**

**九月：1.民族舞身韵训练，了解藏族舞 有弦子、锅庄、踢踏等，学习舞步。**

**2.****成品舞****《溜溜的康定，溜溜的情》。**

**十月：****1.藏族身韵练习。藏族舞蹈手臂基本动作，**

**2. 学习成品舞蹈。了解藏族舞蹈队形特征。**

**十一月：1.藏族舞身韵练习**

**2. 藏族舞 弦子基本舞步，学习成品舞蹈。**

**十二月：1. 藏族身韵练习。**

**2.** **排练成品舞《溜溜的康定，溜溜的情》**

**一月： 1.****藏族身韵练习。**

**2． 排练成品舞《溜溜的康定，溜溜的情》**

**二月： 1. 藏族身韵练习。**

**2.排练成品舞蹈，进行演出汇报。**

**三月：1. 藏族舞身韵练习。**

**2.** **继续学习藏族舞小组合**

**四月 、五月，1、 继续学习藏族舞小组合**

**2、复习所学舞蹈。学习自己利用所学基本舞蹈动作创编小组合。**

**所需额外费用：1.舞蹈练习服，舞鞋。**

**2. 藏族舞蹈演出服**