**课程教学进度表**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **周次** | **节次** | **单元名称** | **教学方式** | **主要教学内容** | **作业****形式** |
| 1—2 | 10 | 基本功训练： | **讲解 示范 练习** | 项目1.舞蹈基本站姿及头、颈、肩部位训练；项目2.压腿（正腿、旁腿、后腿）；踢腿（正腿、旁腿、后腿、十 字腿、片腿、盖腿）；项目3.下叉（竖叉、横叉）；项目4.下腰 | 做笔记、练习 |
| 3—5 | 2 | 芭蕾基本训练： | 讲解 示范 练习 | 项目1.芭蕾手位组合训练；项目2.芭蕾脚位组合训练；项目3.芭蕾组合（圆舞曲组合）； | 做笔记、练习 |
| 6—10 | 18 | 中国古典舞： | 讲解 示范 练习 | 项目1.中国古典舞训练——基本手势和手位的训练；项目2.中国古典舞训练——脚的基本形态和位置的训练；项目3.基本技术技巧训练；项目4.中国古典舞组合训练； | 做笔记、练习 |
| 11—13 | 4 | 流行舞： | 讲解 示范 练习 | 项目1：动律练习；项目2：流行舞舞蹈组合练习； | 做笔记、练习 |
| 14 | 5 | 期末考核 | 讲解  | **1.**基本功；**2.**芭蕾基本训练组合；**3.**中国古典舞组合；**4.**流行舞组合；**5.**表演一个完整的舞蹈作品（古典舞、民族民间舞或当代舞），自备服装、道具； |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |