

农民体育协会工作计划建议和意见(优秀5篇)

计划是指为了实现特定目标而制定的一系列有条理的行动步骤。通过制定计划，我们可以更好地实现我们的目标，提高工作效率，使我们的生活更加有序和有意义。下面是小编整理的个人今后的计划范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

农民体育协会工作计划建议和意见篇一

为更好的贯彻《老年人权益保障法》和县两办《关于进一步加强新形势下县老年人体育工作的通知》，“以倡导科学健身、绿色生活方式，增强老年人身体健康，丰富老年人精神文化生活”为目的，根据县老体协工作部署，结合我镇实际，制订20xx年老体协工作计划。

1、广泛开展老年人体育健身活动，抓好老年体育健身骨干队伍建设，发展活动团队，引导各体育健身团队自觉开展活动。

2、广泛开展宣传和发动工作，主动吸纳有思想、有热心、有能力、有特长的中老年人加入到组织中来，用其所长，使我镇老年体育活动有质有量的开展。

1、组织培训一批中老年体育骨干队伍，普及体育健身基础知识，特别是太极拳健身活动，不断提高老年人体育活动水平和质量。

2、加强宣传和报道老年体育工作先进经验、先进典型及重大活动的信息工作，充分利用宣传栏、电子屏、手机网络等媒体，营造全民健身良好氛围。

3、开展学习和交流活动，促进老体协会员之间的相互了解、

相互提高、相互团结，不断增进广大老年人参与体育健身活动的热情。

1、进一步完善镇村组织机构，结合今年上半年村两委换届工作，调整充实村（街道）机构人员，充分利用现有的活动场地，发挥团队骨干带头作用，带领和指导老年人进行体育健身活动。

2、加强自身建设，不断完善老年活动室配套设施建设，做好示范，在抓好日常体育健身活动的同时，举办形式多样的老年体育文化比赛活动，如棋、牌、麻将等益智竞技活动，与此活跃老年人文体生活，通过举办各项活动，进一步促进和推动我镇老年体育工作的开展。

1、积极开展太极拳提高班培训工作，充分利用镇文化站现有资源（场地、音响、投影仪等），以视频教学为主，计划今年举办2—3期太极拳提高班培训活动（24式杨氏、26式陈氏、42式太极拳），每期20人以上，以提高太极拳爱好者的兴趣和促进太极拳健身活动的进一步发展。

2、积极组织和参与社会活动，主动与文化、教体等部门配合，进行举办、协办、联办等多种形式的展演、比赛和联赛活动，激发、提高太极拳爱好者的积极性和自信心。

3、要重点加大对村级太极拳工作的推广宣传和引导力度，确保每村至少有1—2个太极拳活动站点能正常开展活动，并要求村级太极拳队伍积极参与乡村文娱活动，将太极拳作为一项乡村文娱活动内容在乡村舞台展演，今年每村展演活动不少于2次。

农民体育协会工作计划建议和意见篇二

作为体育协会的一份子，我们知道怎么样书写好自己的工作总结吗？以下是小编精心准备的体育协会工作报告，大家可

以参考以下内容哦！

体育总会工作报告【1】

各位代表：

现在，我代表江苏省体育总会第五届委员会作工作报告，请予审议。

一、省体育总会第五届委员会工作回顾 在省委省政府的正确领导下，在省体育局和省民政厅等主管部门的直接指导下，省体育总会第五届委员会以党的十七大、十八大精神为指导，深入贯彻总书记系列重要讲话精神，紧紧围绕建设体育强省目标任务，立足构建公共体育服务体系，充分发挥桥梁纽带作用，广泛动员社会力量参与，推动全省体育又好又快发展。

（一）充分发挥体育总会桥梁纽带作用，凝聚形成全民健身事业发展的强大合力。省体育总会各副主席成员单位通过参与贯彻落实《全民健身计划》，明确职责和任务，形成齐抓共管的协调机制，在政策制定、项目规划、活动组织、资金落实等方面发挥了重要作用。各市、县（市、区）纷纷建立了全民健身工作协调机构，逐步形成了省、市、县联动贯通的全民健身工作协调机制。紧紧依靠各级各类单项体育协会、各行业体育协会、各人群体育协会，紧紧依靠各类体育俱乐部和健身团队、科研机构及新闻媒体，紧紧依靠热心体育事业的各类企业以及社会人士，共同推动全民健身运动广泛开展。

（二）高度重视发挥体育社会组织功能作用，体育总会工作和体育社团改革发展摆上重要位置。重视体育总会工作和体育社会组织改革发展，纳入局省共建公共体育服务体系示范区合作协议、《江苏省全民健身实施计划（2011—2015年）》，纳入“十二五”体育发展规划、体育强省指标体系。联合省民政部门出台《关于培育发展基层体育社会组织的指导意见》，

出台系列改革发展政策文件，提出目标任务和具体举措。逐年加大对体育社会组织的经费投入，7年来共利用体彩公益金1500万元作为体育社团发展专项资金，带动13个省辖市7年共投入5000多万元体育社团发展专项资金。

（三）体育社会组织向基层覆盖延伸加快推进，层级有序的体育社会组织体系不断完善。基本建成以体育健身俱乐部和晨（晚）练健身点为点、体育社团为线的点线结合、覆盖各类人群的群众性体育社会组织体系。全省13个省辖市、102个县（市、区）全部成立了体育总会，成立县级以上体育社会组织3237个，其中省级体育社团57个，市级体育社团670个，县级体育社团2510个，95%以上县（市）有16个以上体育社团。体育社会组织向基层覆盖延伸初见成效，全省80%以上乡镇、街道都建有体育总会、老年人体育协会、社会体育指导员协会、2个以上体育单项协会，其中9个省辖市实现全覆盖。各类基层体育俱乐部快速发展，由体育彩票扶持创建的青少年体育俱乐部达到365个、城乡社区体育俱乐部达到11653个，形成了一批健身服务品牌。此外，全省城乡基层建有万个城乡晨（晚）练健身（站）点，均配备一名以上社会体育指导员，参与、组织和管理晨（晚）练健身。

（三）大胆创新探索发展路径，体育社会组织规范化、社会化、实体化改革逐步推进。在全国率先推出体育社团改革发展政策举措，坚持政府扶持、社会参与、市场运作的思路，先后制定了《江苏省体育社团改革发展工作方案》、《江苏省体育单项协会建设试点工作方案》、《关于加强省属体育社团建设指导意见》、《省属竞技体育项目协会改革发展工作方案》等政策文件，明确体育社团改革的发展思路、目标任务和政策措施，强化组织建设、制度建设、队伍建设、能力建设，积极探索政府与体育社团共同提供体育产品和服务的新路子。先后选择22家试点体育协会，设立体育社团发展专项资金，提供体育协会办公用房，邀请社会各界人士担任体育社团会长、副会长，努力推动体育社团由行业封闭式向社会开放式转变，资金来源由依赖政府向政府购买和自我造

血相结合转变，组织管理由松散向规范转变，全省体育社团规范化、社会化、实体化水平逐步提高，涌现出一大批有广泛社会影响、功能作用发挥突出的各级各类体育社团。

（四）切实加强体育总会规范管理，体育社会组织会员和骨干队伍不断壮大。积极引导各类体育社会组织加强自身建设，先后制定了《省属体育社团管理暂行规定》、《体育社团财务管理规定》、《体育社团评先创优考核办法》，从工作目标、活动开展、保障措施、会员注册、财务管理等方面，提出规范建设的要求，指导监督体育社会组织逐步形成“自我管理、自我约束、自我发展”的自律机制。与省民政厅联合出台《体育类社会团体评估办法》和《体育类社会团体评估表彰奖励办法》、《体育类社会团体评估评分细则》，指导推进体育社团规范化建设，目前全省共有359家3a以上体育社团，其中4a级80个□5a级8个，为推行政府购买服务、转移政府职能打下基础。推动体育社会组织覆盖更多人群，开发体育社团会员注册统计系统，大力发展团体会员和个人会员，目前全省体育社团共登记团体会员15000个，个人会员170万人。每年开展先进体育社团评选，充分调动了体育社会组织开展全民健身活动的积极性。

（五）围绕群众日益增长的体育需求，体育社会组织作用发挥日益显著。积极引导体育社会组织广泛开展经常化的健身活动，普及推广运动健身项目，宣传科学健身知识，据不完全统计，每年全省各级体育社会组织举办健身活动近万项，直接参与人数达200多万人。充分挖掘运动项目特点和优势，策划组织参与人数多、社会影响大、综合效益好的品牌赛事和特色活动，吸引带动了更多群众参与全民健身，其中南京都市圈体育舞蹈公开赛、苏州市假日体育活动、江苏省户外运动帐篷节等品牌赛事活动影响逐步扩大。此外，协调省属单项、人群、行业体育协会，在组织全省全民健身运动会、老年人体育节等省级竞赛，组队参加全国农运会、残运会等比赛方面发挥重要作用，成为全民健身活动日趋红火的“领头羊”。

各位代表，七年来，省体育总会在积极推动全民健身事业发展的同时，努力发挥联系面广、开展活动形式多样、组织动员能力强等特点和优势，在竞技体育、体育产业、体育文化等体育事业的各领域中都发挥了积极而独特的作用，取得了明显的成效，为推动体育事业的科学发展做出了积极贡献。

过去七年体育总会工作取得一定成绩，积累了一些经验和思路。但是，我们清醒地认识到，体育总会工作与当前体育强省和体育现代化建设要求、与广大人民群众日益增长的体育健身需求相比，还存在很大的差距和不足：一是自身能力建设不够，各级体育总会及体育社团自身建设有待加强，承接政府职能转移的能力和公共服务能力不足。二是发展政策支持不够，政府部门培育扶持政策体系有待建立，经费投入不足和经费使用不当问题普遍存在。三是改革创新力度不够，有待在承接政府职能转移、参与政府购买服务、加强等级评估等方面出台新的举措。这些问题希望能够引起第六届委员会的高度重视。

回顾省体育总会第五届委员会工作，我们深切地认识到：必须坚持党对体育总会工作的坚强领导，把体育总会工作放到经济社会发展大局中去把握、去谋划、去推进；必须坚持在政府主导下，积极主动参与公共体育服务体系建设；必须坚持以人为本，面向大众，不断满足人民群众日益增长的体育健身需求；必须坚持解放思想、改革创新，加快推进政社分开，不断开创体育总会工作的新格局；必须坚持统筹兼顾、协调发展，充分发挥桥梁和纽带作用，团结凝聚各方面力量，共同推进体育事业发展。

各位代表，过去七年工作取得的成绩来之不易。这是省委省政府正确领导的结果，是社会各界热情帮助和大力支持的结果，是各级体育总会和各级各类体育社会组织团结奋斗的结果，也是在座各位代表共同努力的结果。在此，我代表江苏省体育总会向大家表示诚挚的感谢！

第一，紧紧围绕江苏“两个率先”目标，积极参与公共体育服务体系示范区建设。建议认真谋划体育总会中长期发展规划并纳入全省体育“十三五”发展规划，主动配合省体育局整合基层体育健身设施，完善基层体育社会组织体系，开展群众身边的健身活动，打通服务基层群众健身的“最后一公里”，为建设公共体育服务体系示范区作贡献。

第二，按照创新社会治理的要求，发挥好体育社会组织的独特作用。建议充分重视发挥体育总会作用，聚焦人民群众的体育需求，会同省体育局紧密联系各级各类体育社会组织，切实打造体总品牌，共同开展全省群众性、综合性体育健身赛事活动和国际体育交流活动，不断提高公共体育服务水平，发挥好“润滑剂”和“粘合剂”的作用，为社会既充满活力又和谐有序发挥积极作用。

第三，顺应政府职能转变的要求，积极提高体育社会组织承接政府职能转移能力。建议新一届体育总会重新制定完善体育社会组织考核标准和办法，加强对各级各类体育社会组织的政策支持，增设基层体总编制和专职人员，加大经费扶持力度；争取各级体育行政部门支持，在群体经费中增设体育社会组织专项扶持资金，以固定投入和购买服务的方式，促进其主动承担政府转移的职能和委托的事项，进一步激发活力、增强动力、提高能力，“接得住”、“办得好”政府购买的服务。

第四，遵循社会组织改革发展的方向，创新推进规范化、社会化、专业化、实体化建设。建议遵循社会组织改革的方向，进一步加强体育总会建设，试点全运会项目协会与运动管理中心脱钩；完善内部治理结构，健全规章制度，提高服务指导水平；重视新兴体育社会组织和络体育社会的建设，更好地发挥其作用；要大力吸纳社会各界人士参与体育总会工作，加强专业人才队伍建设；要进一步做好党建工作，理顺党建管理体制；要加强诚信自律建设，提高诚信度和公信力。

各位代表，新时代、新使命、新征程。相信在新一届委员会的带领下，全体委员精诚团结，励精图治，一定会谱写体育总会工作新篇章，为建设体育强省，实现“两个率先”作出新的更大贡献。

体育总会工作报告【2】

化工体育协会20xx年工作总的要求是：深入贯彻科学发展观，紧紧围绕生产建设的中心任务，以深入贯彻实施《全民健身计划》为主线，大力加强全民健身宣传力度，广泛开展各类群体活动，充分发挥体育竞赛的多种作用，不断强化群体工作的组织保证，为强健职工体魄、振奋企业精神、推进行业快速健康发展作出更大贡献。

化工体协和各基层体协组织，紧密围绕生产经营大局，认真履行自身职责，积极开展各类群体活动，不断发挥群体工作作用，鼓舞职工士气，凝聚企业力量，同样为各企事业单位发展乃至行业发展做出了贡献。化工体协引导、团结各级组织，在以下四个方面作出了较为显著的成绩。

（一）深入宣传贯彻党和国家关于群体工作的方针政策

过去的一年，化工体协各级组织围绕学习贯彻总书记指示、《全民健身计划纲要》以及国家体育总局的要求，做了大量学习宣传和思想动员工作，以不断提高广大职工体育健身的自觉性。今年3月，化工体协召开第六次会员代表大会，认真传达学习全国体育局长会议精神和全国群体工作会议精神，并在此基础上确定了新一年的工作计划。

在化工体协的部署和引导下，各会员单位的宣传动员工作更为广泛深入。例如利用报纸、电视等企业内部媒体进行体育方面的宣传，强调搞好重要节点的舆论宣传。在宣传《全民健身条例》的过程中，注意用身边的生动事例来说明体育健身的重要意义；在报道各类职工健身活动时，注意宣传健身理

念，同时不断加大对健身知识、锻炼方法的宣传报道，有效激发了大家参与全民健身的热情，职工日常健身的自觉性、科学性大大提高。在庆祝三八节、五一节、国庆节、全民健身日、职工体质测试等重要活动中，集中宣传全民健身理念，广泛普及体育锻炼知识，努力营造职工健身氛围，动员、吸引更多职工投入到全民健身运动中来，大量平时很少锻炼的职工逐步成了参加健身的常客。

(二) 广泛开展丰富多彩的群众性体育活动

广泛的群体活动是体育事业的基础，也是增强职工体质的主要手段。根据国家体育总局和全国总工会的部署和要求，化工体协动员、组织广大会员单位，围绕全民健身日活动，开展了丰富多彩的体育健身活动，有力地推动和激发了全民健身计划的深入实施和广大职工参加全民健身活动的热情。

7月上旬，收到国家体育总局下发的《关于广泛开展xx年全民健身日活动的通知》后，化工体协立即转发通知，并作出具体部署，提出相关要求。同时组织基层群体干部参加全国性体育技术培训活动，协助基层培养体育骨干。要求会员单位继续学习推广第九套广播操，这些活动都有效地促进了基层群体活动的开展。

在化工体协的部署和引导下，广大会员单位都开展了丰富多彩的群体活动。一些单位在保持足球、篮球、排球、乒乓球、羽毛球等传统项目广泛开展之外，不断引进新的项目，拔河、登山、划船、踢毽、攀岩等新颖有趣、团队意识强的项目，使健身活动增加了更多内涵和吸引力。一些单位根据各分厂和子公司工作分散、居住不集中的特点，有针对性地征集、整理和推广适合广大职工生产生活特点、科学健康且喜闻乐见的大众体育创编项目和健身方法，全方位拓宽职工群众的健康渠道，毽球、飞镖、空竹、跳绳、排舞等都成了职工长期坚持锻炼的新形式。一些单位在强化各厂区、生活区健身指导站、辅导站、晨晚练队伍建设的同时，借推广第九套广

播操的东风，大力开展工间操活动，通过统一培训辅导员、领操员，将广播操迅速普及到各基层单位。全国化工高校认真贯彻中化体协下发的文件，各学校举行了大型的广播体操比赛表演，开展了一年一度的运动会和体育节，积极响应了教职工和学生“每天锻炼一小时，健康工作五十年”的号召。同时全国化工高校组织和筹备讲课大赛，评选出了优秀青年体育教师，为参赛教师提升教学与科研能力提供了良好的交流机会。为确保各化工高校学生的体质健康，号召教师与学生共同参与到“每天锻炼一小时”的课外体育活动中去，切实提高了学生的身体健康水平。

(三)通过各种赛事促进群体活动不断发展

各级各类体育比赛是检阅群体工作成果、引导科学健身方法、保持职工锻炼热情的主要形式。一年来化工体协通过举办行业比赛、组队参加国家或职工比赛，不断推进职工体育健身向纵深发展。

今年10月中旬，由化工体协主办、昊华鸿鹤化工有限公司承办了化工行业“昊华鸿鹤杯”象棋比赛，来自全国各地、各企业的众多运动队、运动员一起切磋技艺、交流经验、增进友谊，促进了行业职工象棋运动乃至基层职工体育的开展。在许多单位的支持下，化工体协今年派出多批选手参加全国比赛，展示了化工职工良好的精神面貌。3月，由巨化集团桥牌队员组成的化工体协代表队在宜昌参加全国桥牌锦标赛；4月，化工体协代表队参加全国行业体协在京单位乒乓球比赛，获专职干部组单打第3名和第4名、领导干部组第8名，团体总分第6名的成绩。10月，化工体协组队参加了“航宇杯”全国企业羽毛球赛。巨化集团公司地掷球队代表国家出访欧洲、南美等国家，曾进了国际间的体育交流和友好往来。有效地促进了企业的群体活动。

与之相比，广大基层企业的办赛、参赛活动形式更加多样，成效更为显著。许多单位体协组织和工会，坚持基层工会、

单项体协“两线”和多样化、基层化、业余化、经常化、群众化“五化”原则，充分发挥单项体协、基层体协和体育积极分子的骨干作用，通过举办各类体育比赛，鼓舞职工战胜困难的勇气和信心；通过派队办赛、参赛，展示“生产争一流，赛场显身手”的精神风貌，有力地支持了党政领导的中心工作，推动了生产经营的发展。在各级、各类体育比赛的带动下，许多单位坚持参加体育健身的职工达80%以上。

各会员单位组团参加全国和省市、地区的各类比赛，成绩更加良好，表现更为出色。还有一些实力较强、基础雄厚的单位积极承办了国家级或省市级、地区级的比赛。这些单位都为促进行业乃至全国体育事业的发展做出了贡献。

各级体协组织建设是化工体育事业健康发展、全民健身计划贯彻落实的基础。今年3月下旬，化工体协在厦门召开了第六次会员代表大会，完成了换届工作，组成了新一届的领导班子，扩大了会员单位的队伍，表彰了全国化工行业群众体育先进单位和先进工作者，并对各级体协组织建设工作提出了新的要求，部署了新的任务。同时，体协克服人手不足、经费紧张的困难，多次派人到各地企业考察调研、指导工作，以此推进基层群体活动和体协组织建设。此外，化工体协按期参加社团年度检查和财务审计，得到有关部门的好评。

一年来，各级体协克服种种困难，努力健全组织，培养骨干、建设队伍、营造良好的生存发展环境，为群体工作不断发展提供了有力的组织保障。许多单位将职工体育工作纳入党政工作责任制和工会“职工之家”考核内容，全面强化群体工作，努力培养新生力量，形成各级各方协调配合体系，建立科学完整的职工体育工作体系，其中，各级各类健身辅导站发挥了重要的骨干作用。各单位加大经费投入力度，为各辅导站提供物质保障，改善健身设施；各辅导站按季度制定、实施活动计划，定时定期对职工进行专业辅导；同时，以各辅导站辐射到各类晨晚练点、健身群体，有效提高了广大职工日常体育锻炼的参与率和持久率。

回顾过去一年的工作，各级体协组织取得了新的发展和良好的成绩，获得了企业领导和广大职工的充分肯定，更得到了上级体育部门的高度评价。

农民体育协会工作计划建议和意见篇三

一、指导思想

以科学发展观为统领，以建设全面小康社会为目标，以“两法一纲”和党的老龄老体工作方针为依据，紧紧抓住“xx”经济社会发展大好机遇，围绕我县中心工作，坚持“大文化、大体育、大视野”的工作理念和“突出重点、统筹安排、上下结合、城乡互动”的工作方法，为进一步推进我县“后奥运时代”的老年体育和全民健身活动作出新的努力。

二、主要工作

今年主要抓好“三年二活动”，即：围绕“第十届县老运会”和“建党90周年庆典系列活动”，继续推进“创建工作年、骨干培训年和组织建设年”工作，并以此推动各项工作开展。

- 1、举办遂昌县第十届老年人运动会。积极配合和参与市老年人体育运动会各项竞赛和展示活动。
- 2、开展建党90周年庆典系列活动。
- 3、部署和开展第四批“小康型老年体育乡镇”创建工作。
- 4、继续开展骨干培训和特色项目创建工作。
- 5、开展“五好”基层组织创建活动，优化基层组织建设。
- 6、配合县总体安排，进一步抓好旅游工作。

7、配合县中心工作，组建督导团开展“微笑遂昌、洁净乡村”和“六城联创”督导工作。

8、积极配合做好县委、县政府和上级老年

三、具体安排

1—2月份:开好工作年会，组建督导团；配合做好元旦、春节等节庆文体活动；举办形体韵律操骨干培训。

3月份:组织百人旅游团赴台旅游；组织督导团学习培训和启动相关活动；部署“第十届县老运会”相关工作；举行全县农村老年门球赛。

4月份:召开县创建“小康型老年体育乡镇”工作会议；举办十届老运会相关单项比赛活动。

5月份:举行“第十届县老运会”县城组各项赛事。

6—7月份:举行“第十届县老运会”农村组各项赛事；举行“第十届县老运会”颁奖仪式；举行“全县万名老人歌颂共产党”文体踩街活动；举办庆祝建党90周年歌舞晚会；举办全县腰鼓骨干培训班。

8月份:举办太极拳展示活动；举办三级社会指导员培训工作。

9月份:举办全县腰鼓展示活动。

10月份:以乡镇行政村和基层分会为单位，开展各种老年健身庆典活动和各种文体竞赛活动；组织红色旅游体验活动。

11月份:召开创建“五好”基层组织工作座谈会；召开“微笑遂昌、洁净乡村”和“六城联创”督导团工作座谈会。

12月份:总结、年会。

做好开展各类环保宣传活动计划。

农民体育协会工作计划建议和意见篇四

根据我校的教育宗旨和发展规划的要求,完善学校艺术学科管理体制和运行机制,不断提高我校在艺术方面的教育水*.艺术教育是对学生进行审美教育、提高审美素养的最主要途径,它强调学生学习的实践性和体验性。让学生在舞蹈的实践中体验美育内涵、提高审美素养。培养学生对艺术活动的兴趣,充实学生的校园文化生活,全面提高学生的艺术修养。

3、积极组织学生参加艺术类活动,发掘每一个学生的艺术潜能,提高学生的艺术表现能力和艺术修养,并给学生们提供更多的展示自己艺术才华的空间。

1: 九月份

制定工作计划,提前两周备课;

基本功训练:站姿、地面部分的练习、腿的练习、身体协调练习、简单的成品舞。

2: 十月份

履行教学进度,加强学生的基本功训练、接触一些现代舞的基本技巧。

3: 十一月份

注意观察学生的进步,根据学生自身来进行辅导和加强进度。

4: 十二月份

开展校园元旦庆祝活动,学期教学教研总结,交流。

农民体育协会工作计划建议和意见篇五

民族舞班主要针对的教授对象都是8岁左右的学生,以培养学习舞蹈兴趣为目的。主要学习*各民族、地区的民间舞蹈风格,锻炼学生的动作协调能力和反应能力,并根据少儿不同年龄的生理、心理特征及感知能力组合教学,寓教于乐,培养学生良好的气质,提高艺术修养,增加学生对舞蹈的了解。

对班级的特点,孩子们的需求,重点学习姿态培养、软开度、素质训练和舞蹈表演各方面学习。

1、主要通过压胯、压腿、耗腿的训练解决软开度。

2、采用《*民族民间舞考级教材》让孩子们学习*各民族、地区的民间舞蹈风格、主体动律及音乐等元素,增强舞蹈表演能力。

基本功方面:上肢训练:头部、肩部、腰部,下肢训练:脚踝部、腿膝部、够部。主要解决柔韧性、软开度及身体各部分的灵活性。*身体、提高身体素质,同时为把上和中间的训练做好最重要的准备。

融,自娱应变,表现灵活。”

通过循序渐进的舞蹈学习,示范、讲动作要领、分解动作、组合,掌握一定的舞蹈素材和正确规范的教学方法,提高舞蹈的鉴赏能力,认识和理解舞蹈的运动特性,科学、安全地指导幼儿的舞蹈活动,更有效的使幼儿喜欢舞蹈,愉悦儿童心灵的趣味性。

规训练:压胯、压腿、耗腿、撑腰、下腰、甩腰等综合素质训练。

由单一教授动作的练习变成小的舞蹈队型的组合,通过单一的

反复示范,讲解和练习完成,同时,接续加强基本功的练习。