

《形体与礼仪》课程教学大纲

一、课程与任课教师基本信息

课程名称：形体与礼仪	课程类别：必修课■ 选修课□
总学时/周学时/学分：28/2/2	其中实验（实训、讨论等）学时：28*2
授课时间：1-16 周 星期三 5、6、7、8	授课地点：师范舞蹈室
开课单位：师范学院	适用专业班级：2015 级小学教育本文、理班
任课（/助课）教师姓名：谈娟	职称：舞蹈学助理研究员
联系电话：6304	Email:11400073@qq.com
答疑时间、地点与方式：可分为集体答疑与个别答疑的形式，集体答疑的时间、地点与上课基本相同，个别答疑主要通过电子邮件与电话联系等方式。	

二、课程简介

《形体礼仪》是小学教育本科班的必修课程，其主要内容是通过基础练习，对身体各关节、韧带、肌群施加合理的负荷，训练学生力量、柔韧、速度、灵敏、耐久等能力及情感认知和节奏感，挖掘身体潜能，激发学生对审美的自觉体认，塑造优美姿态；调整肢体的接受能力、表达能力和控制能力，能够自如地传情达意，规范礼仪动作，培养优雅的气质和风度；拓展学生思维向度，开发学生情感认知，体验形体张力，构建生动活泼的艺术精神和审美观。

三、课程目标

小学教育师资班是为珠三角经济发达地区培养的高素质小学师资人才，重视与就业接轨的人才培养趋势。本课程立足于这个基本点，结合本课程的基本内容及基本特点，制定如下目标：

1、知识与技能目标：掌握形体的基本技能技巧，理解规范的动作与要领，了解表达和传授形体礼仪知识与技能，深刻理解和准确表现作品的的能力，改善形体，优美仪态，结合其他形式和途径给予延伸和补充，最大限度的普及相关形体礼仪知识，具有创新精神、实践应用能力、出众表现力和社交交往能力的人才，具备一定的艺术表达能力。

2、过程与方法目标：准确展示正确的形体姿态和审美构成，充分发挥形体礼仪训练的快乐教学，其本色表现为重过程的主动参与，重情绪的积极体验，重个性的独立解放，重人际关系的宽松和谐，使学生在轻松明快环境下愉悦心境，并通过学习、观摩、表演、小组比赛等不同形式来增进技能，增强动作思维训练，从而不知不觉地获得良好的心理素质，增强学生的心理和仪态稳定性，提高对外界环境的适应能力和应变能力，在形体礼仪的智能活动过程中，增强为人师表意识。

3、情感、态度与价值观发展目标：通过形体训练体验美感，培养学生动作记忆力及深刻敏锐的感悟力，提高体能素质和文化修养；了解身体的奥妙，激发自身的自豪感，塑造健全的人格；通过校园舞蹈的学习，养成良好的道德情操和行为规范，培养坚忍不拔的意志品质和协作友爱的团队精神，坚定开拓创新和努力进取的敬业态度，树立为献身小学教育的自觉性和积极性的人生理想。

四、与前后课程的联系

通过上学期形体礼仪基本训练，本班学生已了解了一些舞蹈基本知识和礼仪形体知识，结合本课程教师引导、从而实现与先前的知识储备形成对话状态。通过系统地机体结构机能重建，建构个性化的形体审美观和良好的礼仪。在掌握专业知识的基础上，多一层面礼仪上人文关怀的思考。

五、教材选用与参考书

1、选用教材：

资华筠. 中国舞蹈. 北京：文化艺术出版社.

高洁编. 舞蹈[J]. 北京：高等教育出版社，2010.

潘志涛主编. 中国民族民间舞蹈等级考试（内部教材）. 中国艺术职业教育学会·中国民族民间舞蹈考级中心. 2004.

2、推荐参考书：

王丽娟主编. 舞蹈[J]. 北京：科学出版社，2009.

汤海燕著. 形体与形象塑造. 广州：中山大学出版社，2004.

杨欧编著. 舞蹈训练学[J]. 上海：上海音乐出版社，2010.

平心著. 舞蹈心理学[J]. 北京：高等教育出版社，2004.

六、课程进度表

周次	教学主题	要点与重点	要求	学时
1 2	基本形体练习	培养身体姿态的各种练习以及发展形体素质的练习方法以及其教学提示	训练头、躯干、手形、手位、腿部、脚位以及基本舞姿，发展形体素质的各种联系，提高身体的控制力，使学生们正确理解和掌握动作的基本知识要素和规格，培养正确的身体姿态	4
3 4	把上训练	各种站姿、步态和基本舞姿的组合练习	身体基本姿态的控制，把上各种站姿、步态及软开度的训练	4
5 6	把下训练	培养身体姿态的各种练习以及发展形体素质的练习方法以及其教学提示	包括腰、腿、胯、脚及基本素质、耐力、能力的各种练习，提高身体自身的控制力，培养正确的身体姿态	4
7 8	古典舞手位组合	注重手、眼、头以及气息的配合，掌握古典舞的基本韵律，把握好节奏及亮相等。	训练在手臂运动过程中，沿圆弧线手动跟随，在静止时眼神的定位，形神不止的能力。	4

9 10	蒙古舞柔臂组合	舞蹈时手、腕、臂、肩、头、眼的配合及统一运用。动律优美、细腻、柔和而悠长,舞步动中有静、柔中带刚。	学习蒙古族舞蹈的基本动律,掌握其节奏明快、热情奔放,造型挺拔豪迈,轻捷洒脱的风格特点。	4
11 12	古典舞身韵组合	舞蹈时气息的使用,配合手、眼、头的亮相,动作优美、细腻、柔和而悠长、动中有静、柔中带刚。	通过对古典舞身韵的训练,初步了解中国古典舞“圆”的动作特征及审美感觉。	4
13 14	新疆舞组合	掌握新疆舞蹈基本韵律和特点,展现其活泼优美,轻快灵巧的步伐。	要求身体各部分的运用细致、到位,尤其是手腕和舞姿的变化。	4
15	复习 考查	复习所学的基本形体组合及社交礼仪舞蹈	掌握动作的规格要领,动作与动作之间的连续性,重视与人合作的调度和和谐感。	2
16	考 查			2

七、教学方法

本课程讲述过程中需要一些形体礼仪的基本功,通过教师讲授动作的规格,使学生掌握动作的要领,落到实处。重点采用启发式教学法、模仿练习法、案例教学法、情境教学法,互助合作教学法与观察法等。

八、对学生学习的总体要求

1、学习本课程的方法、策略及教育资源的利用。

本课程特别注重身体基本能力、表演能力、技术能力和心智能力,学生争取业余时间不断改善自身的软开度、柔韧性,积极参与校内外的文艺表演,有计划地系统接受舞蹈教育活动。可以利用学校图书馆的图书资源,或者阅读免费图书资源和网络资源,查阅有舞蹈相关资料和中外知名学者的视频资源等等。

2、学生必须阅读的论著,建议学生阅读的论著。

吴晓邦著. 新舞蹈艺术概论[J]. 北京: 中国戏剧出版社, 1985.

杨欧编著. 舞蹈训练学[J]. 上海: 上海音乐出版社, 2010.

余秋雨著. 舞台哲理[J]. 北京: 中国育文出版社, 2007.

满运喜编著. 中国民族民间舞基本功技术训练教程[J]. 上海: 上海音乐出版社, 2008.

陈云路著. 听朱光潜美学[J]. 西安: 陕西师范大学出版社, 2009.

3、学生完成本课程每周须耗费的时间。

为达到课程目标,学生在课内课外所花费的最少时间必须保证每周 5 小时。

4、学生的上课、实验、讨论、答疑、提交作业(论文)单元测试、期末考试的等方面的要求。

学生不得无故缺席,上课勤于模仿,课后勤于作笔记、多思考,课堂讨论务必积极参与;课后认真复习,完成主讲教师学习组合要求和任务。有什么疑惑可以直接联系主讲教师。

本学期分三部分，第一部分基本拉伸与矫形，再加两个校园舞蹈，期末考试采取全班分小组汇报考查形式，即将自己平时所学的组合进行一次汇总汇报，使形体礼仪知识掌握更加丰满，更加牢固。

5、学生参与教学评价要求。

课程结束前 1-2 周内，按照学校统一安排，通过网上评教系统，回答调查问卷，实事求是地对本课程及任课教师的教学效果作出客观公正的评价，是学生的应尽责任和义务，对教师改进教学工作具有重要意义。

九、成绩评定方法及标准

考核内容	评价标准及要求（居中、宋体、五号、粗体）	权重
到堂情况	不得无故缺席，上课勤做笔记，积极回答问题	10%
课堂讨论	认真准备，积极参与练习讨论	10%
完成作业	每次回课时，教师均会根据实训内容抽查组合或练习内容，以及需要延伸的内容，提出具体要求，布置相关作业	25%
实验（实训）		
单元测试	随堂检查	5%
期末考核	组合展示	50%
期末考试方式	开卷 <input type="checkbox"/> 闭卷 <input type="checkbox"/> 课程论文 <input type="checkbox"/> 实操 <input checked="" type="checkbox"/>	

十、院（系）教学委员会审查意见

我院（系）教学委员会已对本课程教学大纲进行了审查，同意执行。

院（系）教学委员会主任签名：

日期： 年 月 日