

齐鲁师范学院

混合式教学线上典型案例

—体育学院《体育舞蹈理论与实践》课程

教师：宋晓俊

（体育学院）

混合式教学线上典型案例

—体育学院《体育舞蹈理论与实践》课程

教师：宋晓俊（体育学院）

一、课程简介

歌舞传文化，历史绽新花，让我们用舞蹈对话世界。

体育舞蹈是由文艺范畴的舞蹈演变而来的，内涵丰富，融体育、音乐、舞蹈等于一体，是集娱乐性、健身性、表演性和竞技性为一体的新兴运动项目。体育舞蹈起源于原始舞蹈，经历了民间舞、宫廷舞、舞厅舞、规范标准舞到竞技舞蹈运动等几个阶段。在漫长演变过程中，体育舞蹈逐渐成为健与美结合的典范。目前在中国，体育舞蹈正富含中国特色，以多元态势快速发展。

本课程基于舞蹈学、体育学、美学、生理学等学科，透过舞蹈本体和本质，针对体育舞蹈基础理论和专业理论知识，从文化角度解析体育舞蹈的发展文化、音乐文化、竞赛文化、礼仪文化、美学文化等，介绍体育舞蹈教学与编排方法及体育舞蹈的运动医学知识等；从竞技性体育舞蹈和健身性交谊舞的初级、中级、高级不同层级技术教学内容中践行理论与实践相结合；注重体育舞蹈赏析与思政教育，促进体育与美育相结合，构建“一基础、一中心、多文化、双结合、五位一体、三进阶”的体育舞蹈课程教学体系。

二、线上教学案例：校园维也纳华尔兹

【教学目标】

1. 知识目标：通过学习，使学生能够了解维也纳华尔兹的起源、音乐节奏和风格特点，了解其基本步伐的动作要领。
2. 素质目标：通过学习校园维也纳华尔兹二级组合，大多数学生能掌握所学基本动作的要领，提高身体姿态和身体素质。
3. 能力情感目标：学生积极参与学习并表现出浓厚的兴趣。通过教学，提高学生综合能力，塑造学生高尚的品格、勇敢的思想，培养学生良好的社交礼仪，增强爱国热情。

【课时安排】 2次课，4课时

【教学内容】

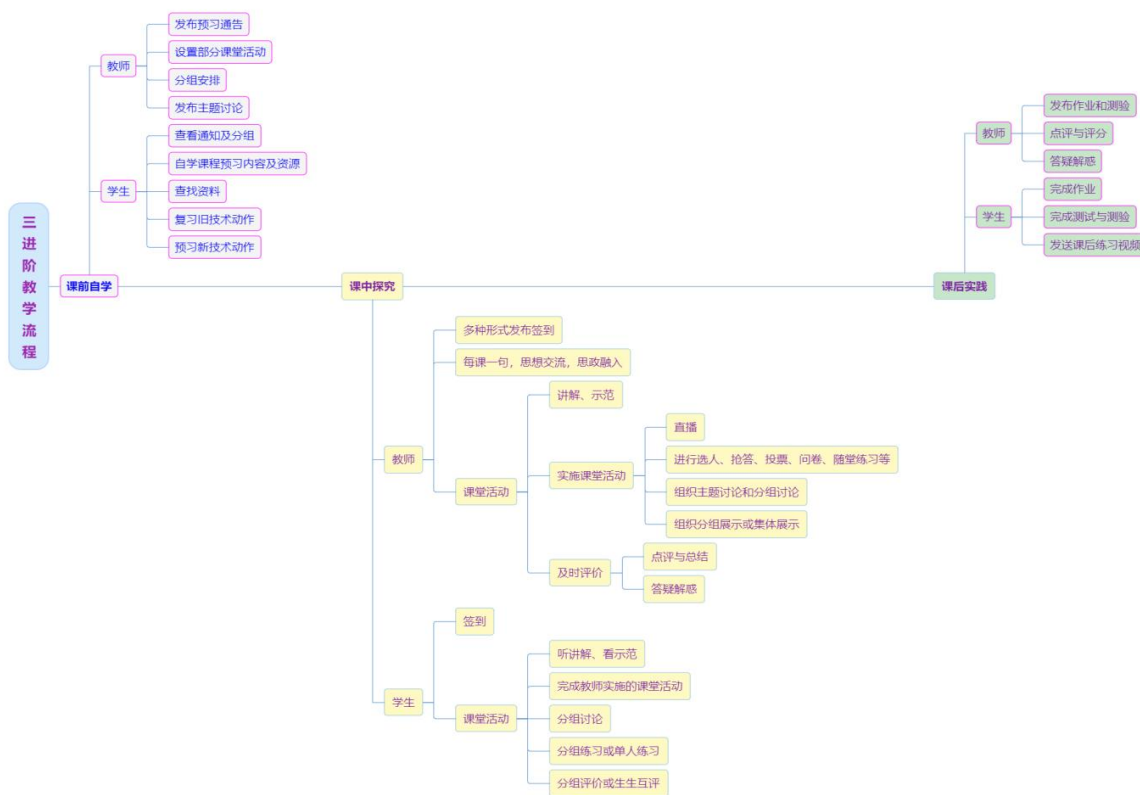
1. 维也纳华尔兹的基础知识（起源、音乐节拍、风格特点）、基本动作。
2. 学习校园维也纳华尔兹二级规定动作。
3. 思政：青年新一代的责任与担当；讨论体育舞蹈的中国特色发展；搜集歌颂祖国或青春向上的维也纳华尔兹舞曲；“我和我的祖国”维也纳华尔兹成套队形编排。

【教学重点】校园维也纳华尔兹基础动作规范性以及双人的配合感觉

【教学难点】思政教育的融入

【授课形式】线上混合式教学

【教学过程】课前+课中+课后



课前（自学）

1. 教师活动

- (1) 发布课前通知。
- (2) 分组及安排分组任务。



(3) 设置部分课堂活动。

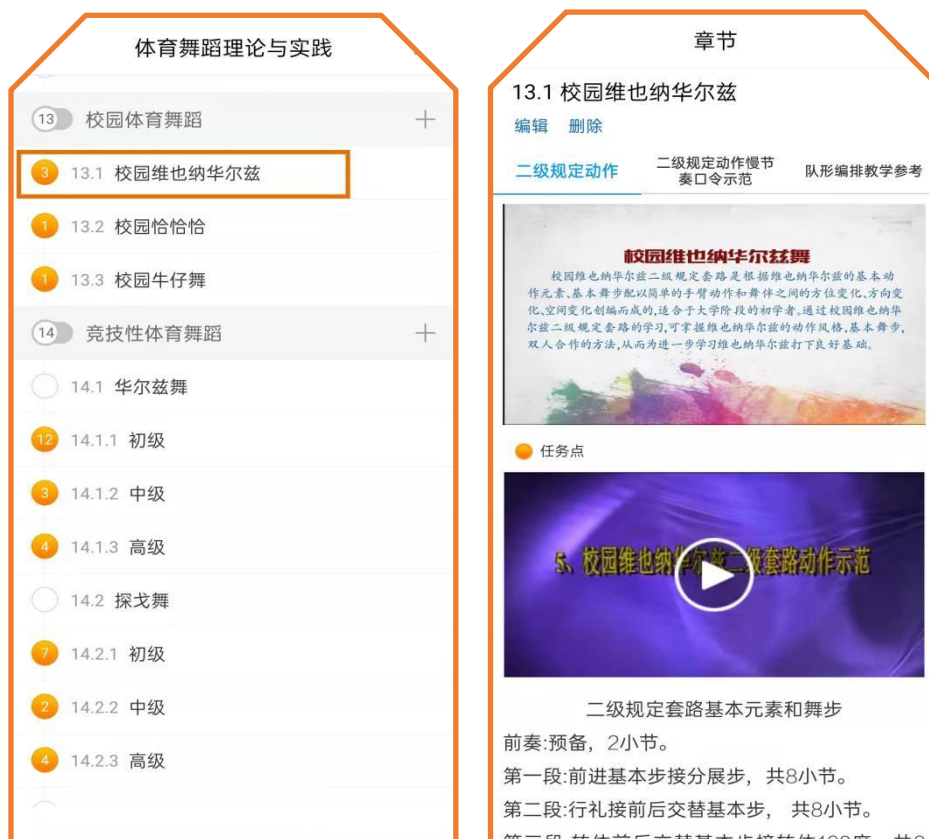


(4) 发布主题讨论。



2. 学生活动

(1) 预习学习通线上课程—校园维也纳华尔兹知识；



体育舞蹈理论与实践

13 校园体育舞蹈

- 3 13.1 校园维也纳华尔兹
- 1 13.2 校园恰恰恰
- 1 13.3 校园牛仔舞

14 竞技性体育舞蹈

- 14.1 华尔兹舞
 - 12 14.1.1 初级
 - 3 14.1.2 中级
 - 4 14.1.3 高级
- 14.2 探戈舞
 - 7 14.2.1 初级
 - 2 14.2.2 中级
 - 4 14.2.3 高级

章节

13.1 校园维也纳华尔兹

编辑 删除

二级规定动作 二级规定动作慢节 队形编排教学参考 赛口令示范

校园维也纳华尔兹

校园维也纳华尔兹二级规定套路是根据维也纳华尔兹的基本动作元素、基本舞步配以简单的手臂动作和舞伴之间的方位变化、方向变化、空间变化创编而成的,适合于大学阶段的初学者。通过校园维也纳华尔兹二级规定套路的学习,可掌握维也纳华尔兹的动作风格、基本舞步、双人合作的方法,从而为进一步学习维也纳华尔兹打下良好基础。

任务点

5、校园维也纳华尔兹二级套路动作示范

二级规定套路基本元素和舞步

前奏:预备, 2小节。

第一段:前进基本步接分展步, 共8小节。

第二段:行礼接前后交替基本步, 共8小节。

第三段:转体前后交替基本步接转体180度, 共8小节。

(2) 进一步查找学习资料。

(3) 按照分组安排, 做好资料整理与提交。



体育舞蹈理论与实践 再次发放

第一次课 课前讨论

宋晓俊 07:59 回复:20 阅读:21 删除 编辑

责任与担当

春深草茂, 夏花葳蕤, 其实我们不曾错过美好。经过疫情战役, 大家作为青春一代, 应该如何体现责任与担当呢? 想对我们的伟大祖国说些什么呢?

词云

评分

时间

杜善发 第20楼 09:35 2 1

时代青年要勇于担当起时代的重

体育舞蹈理论与实践

第二次课 课前讨论

宋晓俊 08:21 回复:18 阅读:20 删除 编辑

标准舞中的维也纳华尔兹最重要的步伐是哪两个呢?

评分

时间

宋龙泉 第21楼 1 1

左转步 (左转)
右转步 (右转)

孟凡雨 第20楼 1 1

左转步 (左转)
右转步 (右转)

柴晔珍 第19楼 1 1

左转步 (左转)

课中（探究）

1. 教师活动

- (1) 发布签到。
- (2) 微信群推送每课一句。
- (3) 实施线上课堂活动，如：直播、抢答、问卷、投票、分组等。



- (4) 录播+直播，讲解维也纳华尔兹基础知识+成套动作。



- (5) 发布讨论主题，对讨论结果进行点评反馈，优秀项目线上展示。

讨论主题（思政融入）：

你如何理解具有中国特色的体育舞蹈发展之路？

讨论：你如何理解具有中国特色的体育舞蹈发展之路

1组-236

解析中国走具有中国特色的体育舞蹈发展之路

提交时间：05-10 23:12

中国体育舞蹈30年

30年，一代代人踏实苦干，
在本没有路的地方。

分組討論

思政融入

以上是我们组提交的全部材料 谢谢老师观看

(6) 点评和总结。

讨论：具有中国特色的体育舞蹈发展之路

教师评语

1组全部人员

提交时间：12:09

评分:88分

评语:中国体育舞蹈之路，有中国特色的发展之路，有阻碍、有竞争，更有机遇！

评分:90分

评语:体育舞蹈起源于国外，引入中国后在国土地上快速发展，呈现勃勃生机。具有中国特色的体育舞蹈，民族的就是世界的！

评分:95分

评语:对中国特色体育舞蹈的理解，认为不只是体育舞蹈融入中国，而是体育舞蹈融入中国之后，获得新生，中国特色不仅提供了不一样的风格和发展方向，更丰富了体育舞蹈的底蕴与内涵，文化冲击融合。

评分:100分

评语:蓝天白云下的青春

2. 学生活动

- (1) 及时签到，微信群内接龙。
- (2) 课前查找资料并组内讨论，组长提交学习通讨论结果。
- (3) 积极完成课堂互动，激发主动性。
- (4) 完成课堂讨论，小组探究学习，并提交讨论结果。
- (5) 完成本节课任务点，掌握学习内容，完成练习。

(6) 双人练习、小组练习。



(7) 据纠错，规范动作。

(8) 双人展示、分组展示，生生互评。

双人展示

分组展示

已评 20 生生互评

请给1组的校园维也纳华尔兹表演打分，分值75-90分，并写不少于10字评语。

得分	88.1分
已评(20)	查看未评 >
孔昕怡	90分
脚步动作整齐，手指有发力，配合良好	
邓化奥	86分
整体还需要进一步熟练	
郭延达	85分
动作规范性仍需加强，下次继续努力	
张雨涵	88分
整体跳的都不错 下次继续努力	

课后（实践）

1. 教师活动

(1) 布置预习任务，发布课后作业并及时评价。

[课程通知] 体育舞蹈...与实践

准备明日实践课堂（重要）

宋晓俊 10:14 编辑 撤回

收件人: 2020级2班、2020级1班

已读: 41/41

自行提前准备一个元素动作或基本动作的讲解（或者录制视频，2-3分钟），明日课堂进行群内实践。

每个班班长负责安排同学认领动作，每个动作都有1-2人

伦巴：原地换重心、时间步、方步、纽约步、手接手、定点转

恰恰：原地换重心、时间步、方步、纽约步、前进后退锁步

+ 评论

已交 20 未交

姓名/学号

提交时间倒序

张昱宸 2020101392	95分
庞心茹 2020101378	95分
刘文杰 2020101388	95分
郭延达 2020101396	95分
许祎璠 2020101374	95分
夏彤彤 2020101372	95分
李宗玥 2020101402	95分
郭耿晴 2020101380	95分
邓化奥 2020101386	95分

(2) 布置课后编排任务。

分组任务

编排实践

编辑

进行维也纳华尔兹的队形编排实践，配乐“我和我的祖国”。

要求：理解“我和我的祖国”的深刻含义，舞动中展示热爱祖国的信念！队形变化要合理、丰富。

分组	分组详情
1组-237	85分 >
2组-237	85分 >

章节

13.1 校园维也纳华尔兹

编辑 删除

二级规定动作 二级规定动作慢节 队形编排教学参考
奏口令示范

任务点

(3) 课后指导，答疑解惑。



2. 学生活动

- (1) 按时完成作业。
- (2) 课后练习。
- (3) 群内师生交流。
- (4) “我和我的祖国”维也纳华尔兹编排实践展示。



课后总结

1. 这两次课围绕“维也纳华尔兹”进行，理论知识+技术组合+实践创编，能使学生较好地掌握维也纳华尔兹的基础理论知识和基本步伐，综合素质及能力有一定提高。

2. 学生都能掌握华尔兹维也纳的音乐知识和风格特点，并较好地完成了“我和我的祖国”的舞蹈编排。

3. 本知识点的整个教学过程中，思政教育贯穿全程。通过“青年一代的责任与担当”课前讨论、“有中国特色的体育舞蹈发展之路”的课中讨论、歌唱祖国和青春的舞曲欣赏、“我和我的祖国”课后舞蹈编排等等，进一步促使学生塑造高尚的品格、勇敢地思想，提高审美修养和爱国情怀。做为新时期青春一代，一定要歌颂祖国、弘扬正气，展望中华之未来，为祖国发展贡献力量。