中国人民大学教职工午间课堂课程信息表

（2019年9月-11月）

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **课程名称** | 舞蹈课  （蒙族舞） | **课时数量** | 12 |
| **授课教师** | 王文娟 | **职 称** | 教授 |
| **课程内容安排** | | | |
| **第一节** | 元素课（呼吸手位训练） | | |
| **第二节** | 元素课（硬腕训练 ） | | |
| **第三节** | 元素课（硬肩训练） | | |
| **第四节** | 元素课（柔臂训练 ） | | |
| **第五节** | 短句课（胸背腰训练1） | | |
| **第六节** | 短句课（胸背腰训练2） | | |
| **第七节** | 表演课（《鸿雁》成品舞教学1） | | |
| **第八节** | 表演课（《鸿雁》成品舞教学2） | | |
| **第九节** | 表演课（《鸿雁》成品舞教学3） | | |
| **第十节** | 表演课（《鸿雁 》成品舞教学4） | | |
| **第十一节** | 表演课（《鸿雁》成品舞教学5） | | |
| **第十二节** | 表演课（《鸿雁》成品舞教学6） | | |
| 备注：（如有其他课程要求，请在此处补充）   1. 上过工会午间课堂舞蹈班并有高出勤率的老师优先报名。 2. 固定学员，一个班不超过35人。 | | | |