

# 프로그램 운영계획(강의계획서)

□ 성 명 ( 김 경 옥 ) □ 강좌명 ( 저녁 라인댄스 )

구 분	내 용	비 고
수업지도내용 (핵심요소)	라인댄스는 척추를 바로 세우는 Line-up 자세를 기본으로 하므로, 자세를 교정하고 근육을 골고루 사용하며, 체력을 증진시키고 스포츠 해독, 비만, 골다공증, 치매예방에 도움을 주며, 적극적인 일상에서 벗어나 힐링효과를 통해 지역사회에 참여할 수 있다.	
일일강의계획	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Warm-up</li> <li>2. Basic Step 과 발동작 연습</li> <li>3. Sec. 1 ~ Sec. 4 까지 스텝 익히기.</li> <li>4. Count에 맞추어 연습.</li> <li>5. 음악에 맞추어서 즐기는 댄스.</li> <li>6. Cool-Down</li> </ol>	
월단위 강의계획	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cha Cha Step 라 응용.</li> <li>2. Night Club Basic 라 응용.</li> <li>3. Waltz 스텝과 응용.</li> <li>4. Rumba Basic Step 라 응용..</li> </ol>	
분기, 반기 연단위 강의계획	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 강습 구인 재능 행사 참가.</li> <li>2. 형제 Workshop 참가.</li> <li>3. 연말 Party 행사 참가.</li> </ol>	