

(별첨 #2-3)

프로그램 운영계획 (강의계획서)

□ 성명 (김요리)

□ 종목 / 강좌명 (성인반레 1,2)

구분	내용	비고
수업지도내용 (핵심요소)	스트레칭을 통해 몸을 부드럽게 이완시켜주고 근력 운동으로 근력 강화 시킨 후 바른 기본 동작들을 정확하게 배우고 바른 자세로 진행 할 수 있도록 지도한다.	
일일강의계획	허리를 피고 어깨를 내린 후 바르게 서 있기 연습 후 그 자세에서 바른 동작을 정확하게 수행 할 수 있도록 지도한다.	
월단위 강의계획	스트레칭을 강화시키고 플리에부터 턱수, 데가제, 그랑 바단망, 아다지오 까지 두 손 바를 잡고 진행 한다.	
분기, 반기 연단위 강의계획	스트레칭과 근력을 점점 강화 시키고 한 손 바로 플리에부터 아다지오 까지 진행 후 두 손 다 놓고 줌 잡기 연습 후 그랑 제떼까지 완성시킨다.	