

방과후학교 (1 월) 교육계획안

[2022학년도]

프로그램명		방송댄스		지도강사명	권서현	
대 상		1 - 6학년		지도 기간	2022년 1월 9일 ~ 2022년 1월 31일	
지 도 목 표 : 방송댄스로 스트레스를 해소하고, 신나게 활동하는 시간을 갖는다.						
월	주	주 제	지 도 목 표	지 도 내 용		자료.준비물
1	2	근력운동	상단	근력과 댄스에 상관관계와 중요성 배우기		준비물: 개인물통
		작품배우기	상단	웜업. 스트레칭, 베이직스텝, 작품 배우기		
		기본기배우기	상단	다양한 댄스의 기본동작 배우기		
		작품배우기	상단	웜업. 스트레칭, 베이직스텝, 작품 배우기		
	3	isolation배우기	상단	isolation의 원리와 중요성 알고 해보기		
		근력운동	상단	근력과 댄스에 상관관계와 중요성 배우기		
		웨이브 배우기	상단	바디 웨이브 배우기, 작품배우기		
		작품배우기	상단	웜업.자세교정, 작품 배우기		
	4	설연휴	상단			
		설연휴	상단			
		작품배우기	상단	웜업.자세교정, 작품 배우기		
		근력운동	상단	근력과 댄스에 상관관계와 중요성 배우기		
	5	자세교정	상단	웜업.자세교정, 리허설		
		영상평가	상단	자세교정, 배운작품 영상평가		