

방과후학교 (2 월) 교육계획안

[2022학년도]

| 프로그램명 | | 방송댄스 | | 지도강사명 | | 권서현 | |
|---|---|--------------|---------|-------------------------------------|--|----------------------------|--|
| 대 상 | | 1 - 6학년 | | 지도 기간 | | 2023년 2월 1일 ~ 2023년 2월 28일 | |
| 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 | |
| 2 | 1 | 작품 배우기 | 상단 | *작품 난이도에 따라 진도는 느려질 수도 빨라질 수도 있습니다. | | 준비물: 개인물통 | |
| | | 작품배우기 | 상단 | *2곡 촬영합니다. | | | |
| | | 기본기배우기 | 상단 | 다양한 댄스의 기본동작 배우기 | | | |
| | | 작품배우기 | 상단 | 웜업. 스트레칭, 베이직스텝, 작품 배우기 | | | |
| | 2 | 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 | | | |
| | 3 | 기초체력기르기 | 상단 | 박자에 맞춰 호흡조절 해야만 하는 이유와 요령 배우기 | | | |
| | | 작품배우기 | 상단 | 웜업.스트레칭, 댄스베이직, 작품 배우기 | | | |
| | | 작품배우기 | 상단 | 웜업.자세교정, 작품 배우기 | | | |
| | | 기초체력기르기 | 상단 | 박자에 맞춰 호흡조절 해야만 하는 이유와 요령 배우기 | | | |
| | 4 | 기본기배우기 | 상단 | 웜업, 일체감 있는 작품 연습 | | | |
| | | 작품 배우기 | 상단 | 웜업, 작품 완성도 높이기 | | | |
| | | 자세교정 | 상단 | 웜업.자세교정, 리허설 | | | |
| | | 영상평가 | 상단 | 자세교정, 배운작품 영상평가 | | | |