

늘봄(방과후)학교 (댄스) 프로그램 (9)월 지도 계획

이리모현초등학교

수강인원	1부(18 명)		지도강사		
지도시간	월 13:10~13:50 화. 목 14:00~14:40		교육장소	3층무용실	
지도기간	2024년 8월 20일 ~ 2024년 9월 30일 (16차시)			지도요일	월.화.목
지도목표	올바른 신체활동을 통해 코어의 힘을 기르자				
차시별 지도 계획					
월	일	주 제	학습 내용		비고
8	20	이달의 곡 안무 이해하기	이달의 최신곡 소미의 '아이스크림' 안무보기		
8	22	이달의 곡 안무배우기 1	'아이스크림' 도입부 16박자-1 안무숙지		
8	26	이달의 곡 안무배우기 2	'아이스크림' 도입부 16박자-2 안무숙지		
8	27	이달의 곡 안무배우기 3	'아이스크림' 포인트 안무숙지		
8	29	이달의 곡 안무배우기 4	'아이스크림' 후렴구 16박자-1 안무숙지		
9	2	이달의 곡 안무배우기 5	'아이스크림' 후렴구 16박자-2 안무숙지		
9	3	이달의 곡 안무배우기 6	'아이스크림' 후반부 16박자-1 안무숙지		
9	5	이달의 곡 안무배우기 7	'아이스크림' 후반부 16박자-2 안무숙지		
9	9	이달의 곡 안무배우기 8	음악에 맞춰 처음부터 끝까지 반복연습		
9	10	이달의 곡 완성 1	3명씩 나눠서 춤춰보기		
9	12	이달의 곡 완성 2	거울을 보지 않고 반복연습		
9	19	복근운동 1	안무연습 후 복근운동하기 - 윗몸일으키기		
9	23	복근운동 2	안무연습 후 바른자세의 스쿼트 배우기		
9	24	복근운동 3	안무연습 후 브릿지자세 배우기		
9	26	복근왕 뽑기	배운 복근운동 중 가장 자신있는 동작 해 보기		
9	30	영상촬영	이달의 곡 안무 2명씩 촬영		

늘봄(방과후)학교 (댄스) 프로그램 (9)월 지도 계획

이리모현초등학교

수강인원	2부(22 명)		지도강사		
지도시간	월 14:00~14:40 화. 목 14:50~15:30		교육장소	3층무용실	
지도기간	2024년 8월 20일 ~ 2024년 9월 30일 (16차시)			지도요일	월.화.목
지도목표	올바른 신체활동을 통해 코어의 힘을 기르자				
차시별 지도 계획					
월	일	주 제	학습 내용		비고
8	20	이달의 곡 안무 이해하기	이달의 최신곡 소미의 '아이스크림' 안무보기		
8	22	이달의 곡 안무배우기 1	'아이스크림' 도입부 16박자-1 안무숙지		
8	26	이달의 곡 안무배우기 2	'아이스크림' 도입부 16박자-2 안무숙지		
8	27	이달의 곡 안무배우기 3	'아이스크림' 포인트 안무숙지		
8	29	이달의 곡 안무배우기 4	'아이스크림' 후렴구 16박자-1 안무숙지		
9	2	이달의 곡 안무배우기 5	'아이스크림' 후렴구 16박자-2 안무숙지		
9	3	이달의 곡 안무배우기 6	'아이스크림' 후반부 16박자-1 안무숙지		
9	5	이달의 곡 안무배우기 7	'아이스크림' 후반부 16박자-2 안무숙지		
9	9	이달의 곡 안무배우기 8	음악에 맞춰 처음부터 끝까지 반복연습		
9	10	이달의 곡 완성 1	3명씩 나눠서 춤춰보기		
9	12	이달의 곡 완성 2	거울을 보지 않고 반복연습		
9	19	복근운동 1	안무연습 후 복근운동하기 - 윗몸일으키기		
9	23	복근운동 2	안무연습 후 바른자세의 스쿼트 배우기		
9	24	복근운동 3	안무연습 후 브릿지자세 배우기		
9	26	복근왕 뽑기	배운 복근운동 중 가장 자신있는 동작 해 보기		
9	30	영상촬영	이달의 곡 안무 2명씩 촬영		

늘봄(방과후)학교 (댄스) 프로그램 (9)월 지도 계획

이리모현초등학교

수강인원	3부(12 명)		지도강사		
지도시간	월 14:50~15:30 화. 목 15:40~16:20		교육장소	3층무용실	
지도기간	2024년 8월 20일 ~ 2024년 9월 30일 (16차시)			지도요일	월.화.목
지도목표	올바른 신체활동을 통해 코어의 힘을 기르자				
차시별 지도 계획					
월	일	주 제	학습 내용		비고
8	20	이달의 곡 안무 이해하기	이달의 최신곡 소미의 '아이스크림' 안무보기		
8	22	이달의 곡 안무배우기 1	'아이스크림' 도입부 16박자-1 안무숙지		
8	26	이달의 곡 안무배우기 2	'아이스크림' 도입부 16박자-2 안무숙지		
8	27	이달의 곡 안무배우기 3	'아이스크림' 포인트 안무숙지		
8	29	이달의 곡 안무배우기 4	'아이스크림' 후렴구 16박자-1 안무숙지		
9	2	이달의 곡 안무배우기 5	'아이스크림' 후렴구 16박자-2 안무숙지		
9	3	이달의 곡 안무배우기 6	'아이스크림' 후반부 16박자-1 안무숙지		
9	5	이달의 곡 안무배우기 7	'아이스크림' 후반부 16박자-2 안무숙지		
9	9	이달의 곡 안무배우기 8	음악에 맞춰 처음부터 끝까지 반복연습		
9	10	이달의 곡 완성 1	3명씩 나눠서 춤춰보기		
9	12	이달의 곡 완성 2	거울을 보지 않고 반복연습		
9	19	복근운동 1	안무연습 후 복근운동하기 - 윗몸일으키기		
9	23	복근운동 2	안무연습 후 바른자세의 스쿼트 배우기		
9	24	복근운동 3	안무연습 후 브릿지자세 배우기		
9	26	복근왕 뽑기	배운 복근운동 중 가장 자신있는 동작 해 보기		
9	30	영상촬영	이달의 곡 안무 2명씩 촬영		