

<붙임 4>

강 의 계 획 서					
과 목 명		차밍댄스(야간)		강 사 명	강 영 순
교육기간		2024. 3 .04 ~ 6.21		교육시간	1시간 30분
교 재 재 료 비		교재비(총액) :  재료비(총액) :		자격증정보	응시조건 : 시간(이수시간) 응시료 : 발급비용 : 발행기관 :
교육목표		신체 활동을 통한 삶의 활력과 건강증진에 기여한다.			
교육내용		댄스의 기본적인 스텝을 중심으로 여러 종류의 포지션, 대형변화, 방향전환 등의 요소가 있으며 여러 장르의 댄스를 배울 수 있습니다. 신체의 활동성과 리듬에 맞추는 민첩성 훈련으로 다이어트와 기초체력 인지기능 향상에 효과를 볼 수 있습니다.			
교육일자		교 육 내 용			준 비 물
1회차	3.04/3.05	Missing you ,Best Friend			댄스화
2	3.11/3.12	One way ticket			
3	3.18/3.19	Twist twist, Love Me Love Me			
4	3.25/3.26	Titanic			
5	4.01/4.02	Cha cha bamb			
6	4.08/4.09	Brockn heart			
7	4.15/4.16	Marry you			
8	4.22/4.23	Sha la la la			
9	4.29/4.30	Billy jiean			
10	5.06/5.07	6일은 대체공휴일, Chilly Cha Cha			
11	5.13/5.14	Goyang			
12	5,20/5.21	Goyang			
13	5.27/5.28	오 스잔나			
14	6.03/6.04	오 스잔나			
15	6.10/6.11	Im alive			
16	6.17/6.18	Im alive			

# 과 목 소 개 서

과 목 명	차밍댄스(야간)
과 목 소 개	<p>-댄스스포츠의 몇 가지 기본스텝만을 익혀서 다양한 figure를 만들어 낼 수 있기 때문에 춤을 추면서 새로운 창의력을 기를 수 있고.</p> <p>-항상 바른 자세를 유지하기 때문에 좋은 자세와 체형을 갖추게 되며, 운동 효과도 좋은 유산소 운동이기에 남녀노소 누구나 즐길 수 있는 운동이다.</p> <p>-댄스의 다양한 음악을 통하여 여러 가지 감정을 표현해 볼 수 있는 기회를 주고 아름다운 음악과 운동의 조화는 마음을 안정시켜 평안함을 주며 스트레스를 해소하여 몸과 정신 건강에 좋은 영향을 줍니다</p> <p>-각급 학교에서는 학생들이 학교생활을 즐겁게 할 수 있어 좋은 프로그램으로 활용할 수 있고, 건강교육을 담당하고 있는 사회교육원에서는 사교의 장으로 활용할 수 있습니다.</p>
교 육 내 용	<p>댄스의 기본적인 스텝을 중심으로 여러 종류의 포지션, 대형변화, 방향전환 등의 요소가 있으며 여러 장르의 댄스를 배울 수 있습니다.</p> <p>신체의 활동성과 리듬에 맞추는 민첩성 훈련으로 다이어트와 기초체력 인지 기능 향상에 효과를 볼 수 있습니다.</p>
교육 재료비 (한 학기분 전체)	<p>- <u>상반기와 하반기 구분하여</u> 재료비와 사용처 명시</p>