

프로그램 운영 계획서

활동분야	방 송 댄 스			강 사 명	김 경 화
프로그램명	나 도 댄 서 !				
대 상	중 학 생			모집인원	10
운영시간	16:00~18:00(2시 간)	운영회차	__13__ 회차		요 일 목
운영비용	교재비(교재명/출판사) :			그 외 운영비용 :	
	재료비 :				

▶ 프로그램 소개

최신 유행 안무를 배우며 춤의 기본과 장르의 다양성에 대해 배울 수 있음
커버 영상 촬영을 통해 사회성을 길러줄 수 있음

▶ 프로그램 목적

신체활동을 통한 스트레스 해소와 자기 계발을 통한 자신감 형성 및 기초체력 향상,
장래희망에 대해 생각해볼 수 있음

▶ 프로그램 목표

스트레칭 과 기본기를 배우으로써 조금 더 다양한 장르에 다가갈 수 있게 됨
여러 케이팝 안무들과 장르를 배우며 표현력을 길러줌

▶ 프로그램 운영방법

매주 기본기 루틴과 안무를 다양하게 활용하며 배우고 그룹별로 수업을 만들어 갈 수 있도록 함
배운 안무를 서로 공유하며 서로가 서로에게 티칭 하는 방법을 배우고 성장할 수 있음

프로그램 내용

※ 주차는 자유롭게 변경하여 작성

주 차	학 습 (활 동)내 용	준 비 사 항	비 고
1회	-설레는 첫만남 -오리엔테이션 및 워밍업	실내운동화 편한복장 물	
2회	-움직임에 대해 알아보기 -웜업 스트레칭 및 발레핏 -기본기 동작 배워보기	실내운동화 편한복장 물	
3회	-움직임에 대해 알아보기 -웜업 스트레칭 및 유연성 체조 -기본기 동작 활용해보기	실내운동화 편한복장 물	
4회	-춤이란 무엇인가? -웜업 스트레칭 및 응용동작 배워보기	실내운동화 편한복장 물	
5회	-kpop 기초 이해하기 -웜업 스트레칭 및 아이솔레이션 익히기	실내운동화 편한복장 물	
6회	-몸으로 표현하기 -웜업 스트레칭 및 유연성 늘리기 -웨이브 익히기	실내운동화 편한복장 물	
7회	-안무를 통해 리듬감 알아보기 -웜업 스트레칭 및 발레핏 -바운스 익히기	실내운동화 편한복장 물	
8회	-스텝에 대해 배워보기 -웜업 스트레칭 및 리듬 트레이닝	실내운동화 편한복장 물	
9회	-음악에 맞춰 활동하기 -웜업 스트레칭 및 안무 배우기	실내운동화 편한복장 물	
10회	-안무 창작 해보기 -웜업 스트레칭 및 안무 만들기	실내운동화 편한복장 물	
11회	-티칭 해보기 -웜업 스트레칭 및 그룹별 티칭수업하기	실내운동화 편한복장 물	
12회	-서로의 안무를 공유하고 배워보기 -웜업 스트레칭 및 안무 쉐어해보기	실내운동화 편한복장 물	
13회	-마무리 -웜업 스트레칭 및 영상 촬영	실내운동화 편한복장 물	