

강 의 계 획 서

과 목 명	라인댄스(스포츠댄스)	지도강사	백 순 득
교육기간	2022년 3 월 ~ 11 월 (56 회)		
교육목표	○ “건강한 정신이 건강한 육체를 만든다.” 신나는 음악으로 힘들지 않은 스텝으로 ○ 즐겁고 신나게 즐겁게 함께 할 수 있도록 함.		
과목소개	지금의 시국에 2M 거리두기를 할 수 있으며 신나는 트로트 음악으로 운동을 하여 신나고 즐겁게 할 수 있음.		
회차별 계획			
※ 주2회 강좌 연 56회/ 주1회 강좌 연 28회분 작성			
회 차	내 용		비 고
1회	‘섬마을 선생님’ 음악으로 발 익히기		
2회	미운사랑 곡으로 라인댄스 스텝 익히기		
3회	‘너’ 신나는 곡으로 방향전환 스텝 연습		
4회	배운 곡들 음악과 함께 반복 연습하기		
5회	‘Riyers’ 곡 발 연습 음악과 함께 연습하기		
6회	‘바다새’ 곡 방향전환으로 스텝 해보기		
7회	배운 곡들 음악과 함께 취보고 부족한 부분 보충하기		
8회	‘소풍같은 인생’ 라인댄스 배우기, 발 익히기		

9회	'소양강 처녀' 곡 배우기, 음악과 함께 춰보고 보충하기	
10회	그동안 배운 9곡 음악과 함께 반복 연습하기	
11회	'잘못된 만남' 곡 조금 빠른 댄스의 곡 발 익히기	
12회	'오늘이 가장 젊은 날' 곡 발 연습	
13회	안되는곡들 반복 연습하고 보충하기	
14회	'LA.LA.LA' 곡 라인댄스 발 익히기	
15회	배운 곡들 음악과 함께 신나게 춰보기	
16회	'찹레꽃' 라인댄스. 발연습 방향전환 후 발 익히기	
17회	'찹레꽃' 좀 어려운 스텝이라 연습하기	
18회	그동안 배운 곡들 보충하며 춰보기	
19회	배운 곡들 음악과 함께 춰보고 보충	
20회	배운 곡들 반복 연습하기	
21회	'꿈속에 사랑' 곡 새로운 스텝들이 많아서 어려운 곡	
22회	'꿈속에 사랑' 곡 반복연습	
23회	'꿈속에 사랑' 음악과 함께 연습하기	
24회	'찹레꽃', '꿈속의 사랑' 음악과 함께 춰보고 보충	

25회	라인댄스 초급 발 연습과 중급 발 익히기	
26회	그동안 배운 스텝 음악과 함께 춰보기	
27회	배운 곡들 회전 후 정확한 발 익히기	
28회	배운곡들 음악과 함께 춰보고 보충해서 익히기	
29회	‘사랑할 나이’ 새로운 곡 발 연습	
30회	‘사랑할 나이’ 발 익히기와 음악과 함께 연습	
31회	‘꿈속의 사랑’, ‘찔레꽃’, ‘사랑할 나이’ 어렵고 새로운 스텝	
32회	반복 연습, 새로운 스텝 발 익히기	
33회	배운 곡 음악과 함께 반복 연습하기	
34회	라인댄스 중급 새로운 스텝 익히기	
35회	‘아모르 파티’ 스텝 발 연습 회전 후 스텝 익히기	
36회	‘아모르 파티’ 반복연습 음악과 함께 춰보기	
37회	그동안 배운 스텝들 음악과 함께 신나고 즐겁게 춰보기	
38회	‘사랑아’ 어려운 라인댄스 스텝으로, 새로운 스텝들	
39회	익히기 안되는 스텝 발 연습	
40회	‘사랑아’ 음악과 함께 연습하기	

41회	‘한잔해’ 새로운 곡 스텝 배우기	
42회	배운 스텝들 음악과 함께 운동하기 신나고 즐겁게	
43회	‘한잔해’ 안무연습 음악과 함께 반복연습	
44회	‘찐이야’ 스텝 안무와 발연습 방향 전환 후 스텝	
45회	‘찐이야’ 음악과 함께 동작 익히기	
46회	‘한잔해’ 곡과 ‘찐이야’ 곡 반복 연습하기	
47회	음악과 함께 칩보고 안되는 부분 보충 연습하기	
48회	중급에서 배운 스텝과 안무 음악과 함께 연습하기	
49회	‘카추샤의 노래’ 새로운 곡 발 연습과 방향 전환 후 스텝 연습	
50회	‘카추샤의 노래’ 음악과 함께 칩보고 보충하기	
51회	배운 곡들 음악과 함께 칩보고 보충 연습하기	
52회	처음부터 배운 곡들 연결하여 음악과 함께 칩보기	
53회	‘Born to be alive’ 곡 새로운 스텝과 새로운 음악 발 연습	
54회	‘Born to be alive’ 안무와 발동작 연습하기	
55회	‘Born to be alive line dance’ 곡 음악과 함께 연습해 보기	
56회	배운 곡들 음악과 함께 연속해서 칩보기	

[별지 제4호]

과 목 소 개 서

강사명 : 백 순 득

구분	내 용
과 목 명	라인댄스, 스포츠 댄스
과목소개	‘댄스 스포츠’ 속에 스텝들을 트로트 음악으로 줄을 맞춰 접하기 쉽고 거리두기를 할 수 있으며 파트너 없이 즐거운 음악으로 접하기 쉽게 만들어진 춤입니다.
교육내용	우리 귀에 많이 익은 트로트 곡으로 배우기 쉬운 스텝들로 방향 전환 후 반복된 스텝들이라 쉽고 즐겁게 운동할 수 있으며 반복되는 스텝이지만 음악에 따라 즐겁게 익힐 수 있음.
교재명(가격)	
재료비용 (월평균) ※ 자세히 작성	
수강생준비물	편한 운동화

※용지가 부족할 경우 추가로 기재하여 사용 가능