


2018 (방승댄스)부 1학기 연간지도계획서

강사 : 김경섭 

월	주	주 제	학 습 내 용	준 비 물
3월	1	오리엔테이션	인사 및 댄스의 정의 - 최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복,운동화
	2	스트레칭	신체의 각부위별 움직임 익히기-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복,운동화
	3	스텝	스텝을 이용한 박자 감각 익히기-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복,운동화
	4	스텝 II	음악과 함께 여러 가지 춤에 스텝을 출 수 있다 최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복,운동화
4월	1	웨이브	가슴웨이브를익힐수있다.-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복,운동화
	2	웨이브 II	팔,골반웨이브를 익힐 수있다.-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복,운동화
	3	웨이브 III	웨이브응용댄스배우기-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복,운동화
	4	포즈	여러포즈동작을 할 수 있다.-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복,운동화
5월	1	kick	앞,옆,뒤로 다리를 차는 동작을 할 수 있다.-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복,운동화
	2	턴동작	여러 가지 턴동작을 할 수 있다-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복,운동화
	3	재즈댄스	재즈댄스기본동작및스텝설명-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복,운동화
	4	평가	그동안배운k-pop조별로너누어 평가해보기-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복,운동화
6월	1	jump	여러가지jump동작배우기-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복,운동화
	2	jump II	jump의 응용동작을 할 수 있다.-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복,운동화
	3	근력운동	근력운동으로 몸 다지기-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복,운동화
	4	핑키재스댄스	핑키재스댄스응용한유형댄스배우기-최신k-pop배우기-마무 리운동	편안한운동복,운동화
7월	1	힙합댄스	힙합댄스기본스텝배우기-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복,운동화
	2	힙합댄스 II	힙합기본스텝배우기 II-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복,운동화
	3	힙합댄스 III	걸스힙합배우기-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복,운동화
	4	힙합댄스 IV	음악으로 힙합응용하기-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복,운동화

2018 (방송댄스)부 2학기 연간지도계획서

강 사 : 김 경 섭 (40)

월	주	주 제	학 습 내 용	준 비 물
9월	1	셰이킹	셰이킹을 응용한 컴비네이션-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복, 운동화
	2	와이드점프	회전감각과 체공느끼기-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복, 운동화
	3	점프턴	뛰면서 도는 동작을 배워본다-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복, 운동화
	4	평가	그동안배운k-pop조별로 평가해보기-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복, 운동화
10월	1	트위스트	허리와다리순간트위스트-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복, 운동화
	2	피벗턴	피벗턴동작을 할 수 있다.-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복, 운동화
	3	복근훈련	복근에 힘주며 춤에 간지내기-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복, 운동화
	4	스윙동작	스윙동작을 응용유행댄스배우기-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복, 운동화
11월	1	선	몸에아름다운선을 이용한동작배우기-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복, 운동화
	2	대형변화	대형변화의 적응력을 기른다-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복, 운동화
	3	wave-turn연결동작	연결하여 할 수 있다.-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복, 운동화
	4	jump-turn연결동작	연결하여 할 수 있다.-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복, 운동화
12월	1	회전동작	피루엣, 피깨동작할 수 있다.-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복, 운동화
	2	투스텝배우기	투스텝유행댄스로배우기-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복, 운동화
	3	비트에맞춘워킹	워킹으로 자신감키우기-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복, 운동화
	4	평가	그동안배운k-pop조별로 나누어 평가해보기-최신k-pop배우기-마무리운동	편안한운동복, 운동화