

강좌소개서

항 목	내 용	비 고
강 좌 명	라틴, 모던 댄스스포츠,	
강의가능 요일 및 시간	화 , 목 라틴 오전 10 ~ 11 화, 목 모던 오전 11~12	
강좌대상남	남녀경기도 도민 진접 주민,	성인, 시니어
과 정 소 개	댄스 스포츠는 스탠다드와 라틴댄스의 과정이 있다 스탠다드 우아함과 섬세함: 1. 왈츠 2.탱고 3.트롯 4.퀵스텝. 비엔나 5.왈츠 라틴댄스 관능과 열정: 1. 룸바 2.차차 3.삼바. 파소뒤편.블레 자이브 5.	
학 습 목 적	신체 단련을 위한 운동인 생활체육의 한 분야로 정신적 즐거움, 육체적 건강, 댄스 스포츠를 통한 예의범절을 몸에 익힘으로써 개인의 행복과 일상생활의 만족도 향상을 통해 삶의 질을 높일 수 있는 건전한 여가활동의 기회 제공	
학 습 목 표	댄스 스포츠로 건강한 정신과 건강한 육체 함양으로 개인 삶의 질을 높이는 것이 차적인 목표이며1 몸의 유연성과 자세교정으로 더욱 건강미 넘치는 몸매를 만드는 것이 차적인 목표2	
교재 교재비/		
재료비		
자치센터에서 준비할 사항		

※ 2가지 이상 강좌에 지원하는 강사는 강좌별로 작성하여 주세요.

<라틴,모던 댄스스포츠 > 강의계획서

(월 일 월 일 매 주 , 화 목 요 일)

개월 과정)

강의횟수 주 회:

시간 회 분: 1

인원 명: _____

강의

주 제

주요 내용

준비물

주1

초급 브론즈()라틴
모

댄스의 기본 매너 익히기

댄스화

주2

기본 홀드와 자세

주3

리듬과 기본 베이직 익히기

주4

박자와 스텝 익히기

주5

복습과 솔로 연습

주6

복습과 커플 연습

주7

중급 실버()새로운
스텝

익히기

주8

이론과 실기 과정

주9

방향 감각 익히기

주1

파트너와 실전 연습

주1

중급 과정 복습

주1

총정리 및 댄스 시범

※ 2가지 이상 강좌에 지원하는 강사는 강좌별로 작성하여 주세요.