

〈 셔플(Shuffle)댄스 〉 강의계획서

(7 월 1 일 ~ 9 월 30 일, 매주 월, 수 요일 / 3개월 과정)

강의횟수 : 주 2회

강의시간 : 1회 50분

수강인원 : 40명

단위	주 제	주 요 활 동	준 비 물
1주	밸런스 트레이닝	오리엔테이션 및 셔플댄스 이해/기본자세와 리듬 익히기	개인 물 운동화 편한복장
2주	기본 스텝 익히기	기본 스텝 연습 1(런닝맨 기초스텝)	
3주	기본 스텝 익히기	기본 스텝 연습 2(T-스텝 기초)	
4주	방향 돌아보기	기본 스텝 연결 및 리듬감 익히기	
5주	기초 12 스텝 연결	방향전환 및 이동 동작 배우기	
6주	기초 12 스텝 연결	음악에 맞춘 기초 루틴 연습	
7주	기초 24 스텝 연결	응용 스텝 배우기 및 반복 연습	
8주	기초 24 스텝 연결	상체 움직임과 함께 표현력 익히기	
9주	기초 32 스텝 연결	다양한 리듬에 맞춘 셔플 동작 연습	
10주	기초 32 스텝 연결	작품 안무 구성 및 동선 익히기	
11주	기초 32 스텝 연결	전체 안무 연결 및 완성도 높이기	
12주	기초 32 스텝 연결	최종 안무 점검 및 즐거운 마무리 수업	