

【 강의 계획서 】

2023년 3분기 / 3개월 12회, 법정공휴일 포함 (법정공휴일 휴강)

분야	정규강좌	과목명	유아발레	담당강사	강려원
강의기간	(12주)	강의시간	A. 15:30~16:20 B. 16:30~17:20	강의교실	
강 의 소 개					
과목소개	발레의 기본 Step, Plie, Jump, Stretch를 바탕으로 근력과 유연성을 키우고, 바르고 예쁜 체형으로 성장할수 있게 해줍니다.				
목표방향	바른자세와 유연성, 자신감있는 표현력 키우기				
교재	. 교재명 : (교재비 : 원)				
실습재료비	없음				
강사준비물	수업에 사용할 음악				
수강생준비물	발레복, 발레슈즈, 타이즈(슈즈와 발레복은 필수입니다. 꼭 지켜주세요.)				
교육 적정인원	적정 : 12 명 / 최소 : 5 명 / 최대 : 15 명				
강 의 내 용					
주별	강의단원	세부내용			준비물
1주		발레인사, 발레리나워킹 배우기			
2주		발 포지션 5가지와 뿔리에 동작 배우기			
3주		4가지 팔동작 배우기 Port de bras			
4주		Flex & Point 발목강화운동			
5주		Small Jump 복부근력 키우기			
6주		스트레칭(작은나비, 큰나비만들기)			
7주		오데뜨공주처럼 워킹하기			
8주		Hi!~짜꿍과 함께하는 바나나스트레칭			
9주		얼룩말 뒷발차기(그랑바뜨망)			
10주		에티튜드 Balance			
11주		6번팔로 뛰어보는 그랑제떼			
12주		배운동작 연습정리			

※ 수업내용, 교구 등이 변경될 수 있습니다. 법정공휴일은 휴강입니다.