

2024년 하동아카데미 강의계획서

프로그램명	유아 발레		강사명	김규리
대상	유치부	교육기간	3.3~3.26 매주 일요일	
		강좌시간/ 총시수	오전10:00~10:50 오전11:00~11:50	
강좌 소개	바른 자세와 균형미로 체형교정을 하는 수업입니다.			
교육 목표	-학생의 현재치와 목표치를 지속적으로 점검하며 자기 평가를 통하여 스스로 관심을 갖도록 유도한다. -클래식 음악을 통하여 생활의 스트레스를 해소한다.			
교 육 개 요				
회차	강 의 내 용		교수방법	준비물
1	바뜨망-최대한 올려 차는 동작		체험식, 실습 위주	발레복, 발레슈즈, 고무헤어밴드
2	스트레칭-다리를 늘려주며 근육을 푼다.			
3	아다지오-느린 음악에 우아하게 춤을 춘다.			
4	데벨로베-파세를 거쳐 공중에서 뛰어 줌			
5	에이사베-양발을 2번 5번으로 하여 반복해 주기			
6	브레브레-업한 상태로 2번 5번으로 빨리 움직여 반복			
7	아라베스크-한쪽 다리로 서서 90도로 뺨는 동작			
8	스텝프-업한 상태에서 발을 5번으로 바꿈			
9	틀루베-업 다운을 반복해서 한다.			
10	삐루엣-한 팔을 벌려서 팔을 접기			
11	삐께-한 팔을 파세한 자세로 돈다.			
12	빠드샤-공중에서 마름모 모양으로 뛴다.			