

영문과목명칭 :

개강기간	해당학년	단위점수	과목필수구분
전기	1학년	1	선택
담당교사			
쿠니키			
첨부파일			

수업종류	<p>수업담당교사</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▣ 실무 경험이 있는 교원이 담당</li> </ul> <p>수업의 언어조사</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▣ 일본어 이외의 언어를 사용</li> </ul> <p>활동학습요소</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▣협정 등에 기초를 두고 외부기관과 연계한 과제해결형 학습</li> <li>▣토론</li> <li>▣그룹워크</li> <li>▣프레젠테이션</li> <li>▣실습, 필드워크</li> </ul>
------	--

수업개요·목적	<p>에어로빅 댄스의 기초 지식과 기본 동작 · 올바른 신체의 사용법이나 안무 방법을 배우고, 그룹 운동 지도자의 역할이다 프로그램 작성 · 움직임을 전하는지도 능력과 움직임을 견본을 보여줄 수있는 시연 능력을 습득 . 에어로빅 댄스의 기초 지식을 이해 한 후 실제로 프로그램을 작성하여지도한다.</p>
---------	---

수업계획	<p>1            수업 안내 에어로빅 댄스의 역사 · 특징 등의 기초 지식 운동 강도 평가법</p> <p>2            에어로빅 댄스의 기본 동작 습득 ① 에어로빅 댄스 체험</p> <p>3            에어로빅 댄스의 기본 동작 습득 ② 정렬 확인 올바른 운동 방법</p> <p>4            에어로빅 댄스의 기본 동작 습득 ③ 예열 진정의 목적과 내용</p> <p>5            컨디셔닝 근육 조절의 목적과 내용</p> <p>6            운동 강도의 개념 ① 메인 운동의 목적과 내용</p>
------	---

	<p>7            운동 강도의 개념 ②               상해에 대해</p> <p>8            지도법 ①               지도자의 역할 · 움직임의 지시 · 지도의 순환</p> <p>9            지도법 ②               배포 방법 · 움직임의 변화 요소 음악의 역할</p> <p>10          프로그래밍 ①               프로그램을 만드는 방법 · 작성</p> <p>11          프로그래밍 ②               프로그램 작성 · 확인</p> <p>12          교육 실습 ①               운동 환경 시설</p> <p>13          교육 실습 ②               그룹 운동의 클래스 운영</p> <p>14          교육 실습 ③               강사의 마음가짐</p> <p>15          지도자 발표               프로그램 및 교육 평가. 정리</p>
성취도평가의 항목            평가	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 에어로빅 댄스의 기본 동작을 습득하고 본보기 동작을 보여줄 수있다.</li> <li>· 운동 지침과주의가있는지도 능력을 익힐 수있다.</li> <li>· 대상자에 맞는 프로그램을 만들 수있다.</li> </ul>
교과서·참고서 등	<ul style="list-style-type: none"> <li>· ADBI · ADI를위한 에어로빅 댄스 운동지도 이론 (2014) 公益社 사단 법인 일본 피트니스 협회 : 도쿄.</li> <li>· GFI위한 그룹 운동 지도자 이론 (2014) 公益社 사단 법인 일본 피트니스 협회 : 도쿄.</li> <li>건강 운동 실천 지도자 양성 텍스트 (2014) 公益社 사단 법인 건강 · 체력 만들기 사업 재단 : 도쿄.</li> </ul>
수업에서 사용하는 기기 등	각 회 유인물을 준비한다. 외에도 음성 자료, 영상 (비디오 / PC / 기타 사진 자료)
예습·복습 어드바이 스	인터넷 동영상 사이트 등에서 공개되고있는 단계 등을 시청하고 프로그램을 조립 이미지를 보자.
이수자의 주의·수강 조건 등	1 학년부터 4 학년까지 누구나 수강 가능합니다.
성적평가의 기준 등	다음의 3 가지 관점에서 평가합니다.

	<p>1) 수업에 임하는 자세 (25/100)</p> <p>2) 프로그래밍 (25/100)</p> <p>3) 실천력 · 발표력 (50/100)</p>
메시지	<p>깡을 수반되므로 지각을하지 않도록. 수업 장소와 수업 중에 음식은 금지되지만, 수분을위한 준비가 필요하다면 각자 지참 것. 휴대 전화는 꺼 놓고 보관 해주세요 (각종 장애에 대한 휴대 전화가 필요한 경우 신청할 수 있다).</p>
근무시간	
기타	<p>땀 닦는 수건, 실내 신발을 잊지 마십시오.</p>