

# 수업계획서

## 1. 교과목

교과목 주수강대상	과목명	댄스스포츠						
	영문명	DanceSport						
	교재명	지도자 양성을 위한 댄스스포츠						
	과목번호	107231-02	교과구분	교선	학점	1	시수	1/2
	주수강대상	학부생			평가구분	점수		
	강의시간강의실	수5A-6B(13:00-15:00)(C3-104)						
담당교수	성명	김종길	영문명	Kim Jong Gil				
	소속	사범대학 체육교육과						
	비고							

## 2. 교과목개요

댄스스포츠는 넓은 의미에서 움직임의 예술범주에 속하고 있고, 오랜 역사를 통하여 오늘날에 자연스럽게 부각된 스포츠의 한 종목이다. 대 근육을 사용하는 활발한 신체활동이며 신체적, 심리적, 사회적 가치를 지니고 있도록 폭 넓은 분야를 여러 사람들이 경험하게 그에 따른 효과를 얻을 수 있도록 하는데 있다.

## 3. 교수 목표

건강한 육체를 유지 할 수 있음과 건강한 정신을 함양시키고 올바른 자세와 바른 걸음 거리를 만들어 주며, 사교성을 통하여 바람직한 사회적 성격을 만들도록 한다.

## 4. 수업방법

1	강의
2	발표
3	실기 및 실습
4	과제
5	

## 5. 사용기자재

1	PC, 인쇄물
2	비디오 및 오디오
3	연습용 신발 및 연습 복
4	
5	

## 6. 학습평가방법

1	중간(30%)
2	기말(30%)
3	출석(20%)
4	과제(10%)
5	수업태도(10%)

## 7. 대가 참인재 세부역량

인성	자기설계 및 자기관리 (50%)
창의성	책임감과 리더십(20%)
공동체성	소통과 협동(30%)

### 8. Book Review

NO	도 서 명	저 자 명	출 판 사	출판년도	비고(ISBN)
1	평생체육: 평생건강을 위한 운동처방	Getchell, Bud	대한미디어	2004	8985825488

### 9. 참고도서

NO	도 서 명	저 자 명	출 판 사	출판년도	비고(ISBN)
1	지도자 양성을 위한 댄스 스포츠	김정자, 김준희, 이희선, 차복련 공저,	한학문화	2010	
2	봄 여름 가을 겨울	정순복	예전사	2005	8973320246, 8973320238
3	노화와 건강	Porterfield, James D	대한미디어	2004	8985825135

### 10. 주별수업계획서

주 차	내 용
제1주	댄스스포츠의 개념과 특성 종류 종목 등을 이해하도록 하고 그에 다른 가치에 대하여 알린다.
제2주	준비운동과 주 운동, 정리운동 순으로 해야 우리 인체가 상해를 입지 않는다. 근육과 관절을 서서히 풀고 근육온도를 적정수준까지 올려주는 준비운동의 방법과 실습.
제3주	10개 종목 가운데 가장 템포가 느린 왈츠 종목을 먼저 이해하고 실습한다. 베이직 연습.
제4주	준비운동, 왈츠 기본동작 및 피겨 (Closed Change → Natural Turn) 연습.
제5주	준비운동, 왈츠 기본동작 및 피겨 (Reverse Turn → Whisk → Chasse from PP) 연습.
제6주	준비운동, 왈츠 기본동작 및 피겨 (Natural spin Turn → Reverse 4, 5, 6 보) 연습.
제7주	Cha Cha Cha 종목의 이해와 기본 동작 설명 및 연습 (Close Basic Movent)
제8주	중간 평가
제9주	준비운동, 차차차 연습 (Spot Turn to Left Right → Open Basic → Hand to Hand)
제10주	준비운동, 차차차 연습 (Close Basic and Fan position →Hockey Stick→Shoulder to)
제11주	Jive 종목의 이해와 기본 동작 설명 및 연습 (Basic step, Fallaway Rock, Rink Rock)
제12주	준비운동, Jive 연습 (Fallaway Throwaway Change of place R to L & L to R
제13주	준비운동, Jive (American Spin, Change of hands behind back, Promenade walks)
제14주	준비운동, Jive 연습 (stop & Go, Windmill, Spanish Arms, Toe & Heel Swivels)
제15주	보강 주, 룸바 종목 이해와 기본 동작 연습 및 왈츠, 차차차, 자이브 전체 동작 연습
제16주	기말 평가