

강 의 계 획 서

강좌명	스포츠지도사		강사 명	이 정 희
강의일정	<ul style="list-style-type: none"> 강의기간 : 2022. 5.9(월요일)~ 8.27(토요일) 요일 및 시간 : 매주 월, 수, 금요일 10:00~10:50, 11:00~11:50 			
교육목표	운동에 관련한 정보들을 현장에 효과적으로 적용시킬 수 있도록 전문적인 지식을 갖춘 지도자를 배출함으로써 주요한 임무를 수행할 수 있도록 한다.			
자격증	<ul style="list-style-type: none"> 자격증명 : 스포츠지도사 2급 외 ※ 해당없을 경우 “해당없음” 기재 발급기관 : 문화체육관광부장관 외 			
동 아 리 활동계획	복지관 및 노인정 외 소외지역 재능기부			
수 강 생 준비사항	<ul style="list-style-type: none"> 교재비 : 해당없음 재료비 : 해당없음 개인 준비사항 : 간편복, 운동화 준비 			
교육내용	주차	주 제	내 용	
	1주	정의와 개념	스포츠지도사의 올바른 이해와 자격증취득 방법	
	2주	에어로빅의 기초	에어로빅 기본동작 및 스트레칭 익히기	
	3주	에어로빅의 기초	준비운동, 본운동, 정리운동 동작 구성	
	4주	기본동작 익히기	에어로빅 기본 루틴 익히기	
	5주	기본동작 익히기	에어로빅 기본 루틴 익히기	
	6주	동작익히기	에어로빅 단계별 루틴 익히기	
	7주	동작익히기	에어로빅 단계별 루틴 익히기	
	8주	동작익히기	에어로빅 단계별 루틴 익히기	
	9주	동작익히기	에어로빅 단계별 루틴 익히기	
	10주	작품익히기	에어로빅 작품 복합적 구성 방법	
	11주	작품익히기	에어로빅 기본 스텝과 응용스텝 작품 구성	
	12주	작품익히기	에어로빅 복합적 작품 구성	
	13주	작품익히기	운동 목적에 맞는 동작 구성 방법	
	14주	작품익히기	올바른 프로그램 구성 방법	
	15주	작품익히기	특별회원을 위한 수업방법	
16주	작품익히기	지도자의 자질평가 및 리더쉽		

※ 강의계획서는 수강생의 연령 및 학습 수준에 따라 변경될 수 있습니다