

강 의 계 획 서

강좌명	스포츠지도사		강사명	이정희	
강의일정	<ul style="list-style-type: none"> 강의기간 : 2022. 9. 5.(월)~12. 24.(토) 요일 및 시간 : 매주 월/수/금요일 10:00~12:00 				
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/방과후지도사/뉴스포츠지도사/놀이체육지도사 발급기관 : 문화체육관광부장관 외 				
동아리 활동계획	<ul style="list-style-type: none"> 복지관 및 노인정 외 소외지역 재능기부 				
수강생 준비사항	<ul style="list-style-type: none"> 준비사항 간편복, 운동화 준비 				
교육내용	주차	주	제	내	용
	1주	스포츠지도사의정의	스포츠지도사의 올바른 이해와 자격증취득 방법		
	2주	스포츠지도사의개념	참여대상에 따른 스포츠지도사의 개념		
	3주	신체적 운동의 이해	준비운동, 본운동, 정리운동 동작 구성		
	4주	기본동작 익히기	에어로빅 기본(스텝) 익히기		
	5주	기본동작 익히기	에어로빅 기본(상체동작) 익히기		
	6주	동작익히기	에어로빅 기본 루틴 익히기		
	7주	동작익히기	에어로빅 단계별 루틴 익히기		
	8주	동작익히기	에어로빅 작품 복합적 구성 방법		
	9주	동작익히기	에어로빅 기본 스텝과 응용스텝 작품 구성		
	10주	작품익히기	에어로빅 복합적 작품 구성		
	11주	작품익히기	운동 목적에 맞는 동작 구성 방법		
	12주	작품익히기	올바른 프로그램 구성 방법		
	13주	작품익히기	특별회원을 위한 수업방법		
	14주	작품익히기	스포츠지도사의 자세와 역할		
	15주	작품익히기	수업계획안 및 지도안 구성 방법		
16주	작품익히기	프로그램의 현장적용			