

# 강 의 계 획 서

강좌명		[야간] 서예	시간	목요일	19:00 ~ 20:50
강의목표		서예는 어떠한 예술이며 어떻게 배워야 하는가?			
대상연령		성인	인원	적정	최대
교재 및 재료비		교재	법첩(개강 후 안내)		금액
		재료			금액
회차	일자	강의내용			비고 (준비물 등)
1	4/4	서예란 무엇인가?			서예도구 (문방사우)
2	4/11	서예는 어떠한 예술이며 어떻게 배워야 하는가?			
3	4/18	중봉의 원리			
4	4/25	마제, 잠두			
5	5/16	수로, 직수			
6	5/23	중구, 호구, 포구			
7	5/30	전절, 별획(삐침)			
8	6/13	파임, 점획			
9	6/20	영자 팔법 익히기			
10	6/27	영자파임의 활용			
기타		법첩에 의한 개별적 체본			

# 강 의 계 획 서

<b>강좌명</b>	[야간] 심리상담사2급자격증	<b>시간</b>	화요일	<b>19:00 ~ 20:50</b>
<b>강의목표</b>	심리에 대한 개괄적인 지식을 쌓고 상담을 통해 심리 문제를 치유할 수 있는 기초를 제공한다.			
<b>대상연령</b>	성인	<b>인원</b>	적정	최대
<b>교재 및 재료비</b>	<b>교재</b>	심리상담사 2급 (가델하우스 가족상담연구소)	<b>금액</b>	15,000원
	<b>재료</b>	심리검사(MBTI)	<b>금액</b>	10,000원 (선택사항)
<b>회차</b>	<b>일자</b>	<b>강의내용</b>		<b>비 고 (준비물 등)</b>
1	4/2	수업 오리엔테이션/애착이론		
2	4/9	구조적 가족상담/사티어 가족상담		
3	4/16	보웬의 가족상담 I		
4	4/23	보웬의 가족상담 II		
5	4/30	상담 기술 I		
6	5/7	상담 기술 II		
7	5/14	상담 과정과 구조화		
8	5/21	심리검사의 활용 - SCT, 투사검사		
9	5/28	심리검사의 활용 - MMPI-2		
10	6/4	사례개념화/상담 실습		검사재료비 10,000원
기타				

# 강 의 계 획 서

<b>강좌명</b>		<b>【야간】 아크릴 페인팅</b>	<b>시간</b>	<b>목요일</b>	<b>19:00 ~ 20:50</b>
<b>강의목표</b>		아크릴 물감 사용법과 명암 관계를 배우고, 다양한 표현 방법과 테크닉을 익혀 개별 주제에 의한 개성 있는 작품을 완성. 평생학습의 일환으로 그림을 통해 자아개발과 그림 인테리어를 통해 가족의 삶이 풍성해지는 효과를 얻을 수 있습니다.			
<b>대상연령</b>		성인	<b>인원</b>	적정	최대
<b>교재 및 재료비</b>		<b>교재</b>	개인자료, 원하는 그림인쇄		<b>금액</b>
		<b>재료</b>			<b>금액</b>
<b>회차</b>	<b>일자</b>	<b>강의내용</b>			<b>비 고 (준비물 등)</b>
1	4/4	아크릴그림의 정의. 상징과 의미 찾기 젯소칠하기, 사진으로 스케치하기			아크릴물감 캔버스10호 붓 물통
2	4/11	기초 베이스, 밑칠하면서 명암단계 학습			
3	4/18	아크릴 물감의 특징과 사용법			
4	4/25	밑칠 계속 얹히기. 명암 과정, 색 단계와 농도 익히기			
5	5/2	배경 처리 방법의 종류(평면과 공간)			
6	5/9	생략과 주제 강조하는 법			
7	5/16	구체적 세부묘사 수정하기			
8	5/23	수정과 보완방법(사포와 물감)			
9	5/30	마감제 종류와 마감제 선택과 칠과 건조법, 와이어 고리 달기			
10	6/13	작품평가 및 감상 / 전시			
<b>기타</b>		작품의 완성도는 개인차가 있으며, 집에서 일부 그려 오시면 10주에 두 작품도 가능.			

# 강 의 계 획 서

강좌명	[야간] 요가	시간	금요일	19:00 ~ 20:50
강의목표	요가 수업을 통해 일상생활 내의 자신의 습관을 알고, 꾸준한 요가 수련으로 자신의 몸과 맘의 불균형으로 바른 자세, 바른 마음, 바른생활로 행복한 삶을 영위해 나아가는 안내자가 될 것입니다.			
대상연령	성인	인원	적정	최대
교재 및 재료비	교재		금액	
	재료		금액	
회차	일자	강의내용		비고 (준비물 등)
1	4/5	요가의 호흡법		
2	4/12	척추를 바르게 세우는 자세로 키 키우기 -상체 젖히기 자세/영웅자세		
3	4/19	다리의 혈액순환을 돕는 자세로 상체라인 만들기 -왜가리자세/비둘기 자세		
4	5/3	굳은 어깨와 등 주변을 부드럽게 펴서 바른 상체라인 만들기 -물고기자세		
5	5/10	굳어진 고관절(골반)을 풀어주어 유연하고 탄력있게 만들기 -나비자세		
6	5/17	목과 어깨의 피로를 풀어주고 척추의 탄력성을 증대시켜 오십견예방 - 고양이 자세		
7	5/24	허리질환(디스크, 요통, 고관절 통증)완화 전신의 활력증가, 척추와 다리 선을 교정 - 코브라자세		
8	6/7	허리 엉덩이 골반의 유연성 향상, 하체기혈 순환. 틀어진 골반 교정 : 골반 이완자세 /바람빼기 자세		
9	6/14	집중력, 균형감과 신장기능을 향상, 몸통의 하체의 근력을 발달시켜 주는 동작 -회전삼각자세		
10	6/21	좌골신경통과 관절통예방, 틀어진 다리교정, 발목, 무릎, 골반의 탄력성과 근력을 증가시켜 주는 동작- 상체측면으로 기울기 자세		
기타				

# 강 의 계 획 서

강좌명	[야간] 일본어 회화(초급반)	시간	화요일	19:00 ~ 20:50
강의목표	간단한 생활 일본어를 말할수 있다.			
대상연령	성인	인원	적정	최대
교재 및 재료비	교재	가장 쉬운 독학 일본어 현지회화	금액	16,500원 (개별구매)
	재료		금액	
회차	일자	강의내용		비고 (준비물 등)
1	4/2	설레는 홈 스테이 시작 ~하게 되다,~ 한 적 있다 등		
2	4/9	유나일기 도쿄상보		
3	4/16	어학원에 등록하다 ~하려면 ~해야한다 등		
4	4/23	유나일기 도쿄상보		
5	4/30	어떤 스마트폰을 고를까? ~하려고 생각하다 ~하기 쉽다 등		
6	5/14	유나일기 도쿄상보		
7	5/21	헤어스타일 바꾸기 ~한 느낌 막~함 등		
8	5/28	유나일기 도쿄상보		
9	6/4	이자카야에서 한 잔 ~ 해져있다 ~ 인 것같아 등		
10	6/11	유나일기 도쿄상보		
기타		매번 복습 연습 즐겁게 이야기하기		

# 강 의 계 획 서

강좌명		[야간] 중국어 회화(초급반)	시간	수요일	19:00 ~20:50	
강의목표		꾸준한 학습으로 어학 수준을 향상시키고 최신트렌드를 익히게 함				
대상연령		성인	인원	적정	최대	
교재 및 재료비		교재	맛있는 중국어 레벨 1		금액	15,000원 (공동구매)
		재료			금액	
회차	일자	강의내용			비고 (준비물 등)	
1	4/3	중국어의 성모운모성조 학습				
2	4/17	기본 인사말 학습, 숫자학습				
3	4/24	평일이나 주말 시간별 행동				
4	5/1	중국어로 이름 바꿔서 문답				
5	5/22	가족수와 구성원 소개				
6	5/29	5과 까지의 내용 복습				
7	6/5	인칭대명사, 지시대명사에 대해 학습				
8	6/12	자신이 즐겨하는 것 표현				
9	6/19	길찾기, 교통수단 배우기				
10	6/26	중국의 화폐단위, 도량형				
기타						

# 강 의 계 획 서

<b>강좌명</b>		【야간】 천자문 인문학	<b>시간</b>	수요일	<b>19:00 ~ 20:50</b>
<b>강의목표</b>		천자문을 통해 한자의 생성원리와 동양철학의 기본을 배운다			
<b>대상연령</b>		성인	<b>인원</b>	적정	최대
<b>교재 및 재료비</b>		<b>교재</b>			<b>금액</b>
		<b>재료</b>			<b>금액</b>
<b>회차</b>	<b>일자</b>	<b>강의내용</b>			<b>비 고 (준비물 등)</b>
1	4/3	용사화제 · 조관인항			프린트물 필기구
2	4/17	시제문자 · 내복의상			"
3	4/24	추위양국 · 유우도당			"
4	5/1	조민벌죄 · 주발은탕			"
5	5/22	좌조문도 · 수공평장			"
6	5/29	애육려수 · 신복용강			"
7	6/5	하이일체 · 솔빈귀왕			"
8	6/12	명봉재수 · 백구식장			"
9	6/19	화피초목 · 뇌급만방			"
10	6/26	개차신발 · 사대오상			"
기타					

# 강 의 계 획 서

<b>강좌명</b>	[야간] 캘리그래피와 손글씨 POP	<b>시간</b>	금요일	<b>19:00 ~20:50</b>
<b>강의목표</b>	자아실현, 취미생활, 소품 실생활 활용, 인테리어, 색깔감각, 자녀교육, 취업, 마음수행 등을 목적으로 할 수 있습니다.			
<b>대상연령</b>	성인	<b>인원</b>	적정	최대
<b>교재 및 재료비</b>	<b>교재</b>	글플러스 캘리그래피 or P.O.P		<b>금액</b> 20,000원 (개강 후 공동구매)
	<b>재료</b>	평붓3개, 물감3개, 색지, 프린트		<b>금액</b> 30,000원
<b>회차</b>	<b>일자</b>	<b>강의내용</b>		<b>비고 (준비물 등)</b>
1	4/5	<b>P.O.P&amp;캘리그래피 O.T</b> P.O.P &캘리그래피 정의 / 재료소개 / 자료학습		매직, 연습종이
2	4/12	<b>매직 글씨 쓰기 (P.O.P &amp;캘리그래피 )</b> 자음 쓰기 / 단어 쓰기 / 문장 쓰기		매직, 연습종이 깨끗한종이
3	4/19	<b>매직 실습</b> 매직글씨를 활용한 시화 만들기		매직, 흰색지, 자 연필, 지우개, 신문
4	4/26	<b>평붓 기초 배우기</b> 선긋기 / 곡선 긋기		물감, 평붓, 종이
5	5/17	<b>평붓 글씨 배우기</b> 자음, 모음 쓰기 / 단어, 문장 쓰기		물감, 평붓, 종이 매직, 자
6	5/24	<b>평붓 실습1-이름표 만들기</b> 캘리 기초선 / 곡선 / 옛체 쓰기		물감, 연필, 자 지우개, 붓, 색지
7	5/31	<b>평붓 실습2-생활 p.o.p실습-잠시 주차중</b> 캘리 여러 글씨체 실습		물감, 가위, 풀, 연필, 지우개, 붓, 색지
8	6/7	<b>일러스트</b> 클립아트를 활용한 색깔 감각 익히기		종이, 물감, 연필 지우개, 네임펜, 색지
9	6/14	<b>캘리 시화 연습</b> 등근 붓 익히기 / 시화체 / 엽서체 / 시화 글씨 익히기		세필붓, 물감, 시한편 색지
10	6/21	<b>실전P.O.P1&amp;캘리</b> 시화 글씨를 활용한 시화 포스터 작업		물감, 붓, 색지
기타	첫시간 준비물 : 등근촉 매직, 필기도구, 연습종이나 스케치북			



# 강 의 계 획 서

강좌명		노래교실	시간	목요일	10:00 ~ 11:50	
강의목표		각 계층별, 장르별로 선호하는 노래를 선곡할 수 있다.				
대상연령		성인	인원	적정	최대	
교재 및 재료비		교재	KOSIA 사단법인 한국가요강사협회 (문광부499호) 분기별 출판		금액	10,000원
		재료			금액	
회차	일자	강의내용			비고 (준비물 등)	
1	4/4	노래 부르기 요령 및 기본 발성법 연습하기				
2	4/11	박자에 맞추어 노래 부르기				
3	4/18	복식호흡으로 노래를 부르는 방법				
4	4/25	호흡조절로 노래의 강약을 조절하는 방법				
5	5/2	Key(조)의 개념과 성별에 따른 차이, 템포의 중요성				
6	5/9	마이크 잡는법, 활용법, 무대매너				
7	5/23	두성, 흉성 배워보기				
8	5/30	노래 부를 때의 표정 관리와 자세				
9	6/13	노래 리듬 이해하기, 동작과 율동 활용				
10	6/20	트로트 창법 배우기				
기타		강의내용과 일자는 진행 상황에 따라 약간씩 변동될 수 있습니다.				

# 강 의 계 획 서

<b>강좌명</b>		<b>데생과 수채화</b>	<b>시간</b>	<b>목요일</b>	<b>10:00~11:50</b>
<b>강의목표</b>		유화 같은 수채화를 지양하고, 모든 수업은 시연을 통해 이뤄지며, 누구나 쉽게 익힐 수 있는 다양한 기법의 수채화수업이 되고자 한다. 물과 물감의 농도 조절을 단계별로 익혀 투명하되 선명하고, 맑으면서 주제를 부각시키는 감성수채화의 퀄리티를 지향한다.			
<b>대상연령</b>		성인	<b>인원</b>	적정	최대
<b>교재 및 재료비</b>		<b>교재</b>	개인자료		<b>금액</b>
		<b>재료</b>	수채화물감,아르쉬지, 붓, 물통, 연필 외		<b>금액</b>
<b>회차</b>	<b>일자</b>	<b>강의내용</b>			<b>비 고 (준비물 등)</b>
1	4/4	종이의 종류/다양한 재료 소개 다양한 수채화의 세계 (자료를 통한 작품소개)			연필,지우개,물감, 붓, 수채화물감, 스케치북,물통
2	4/11	도형의 이해- 명암단계기초과정(필수) (정육면체,원뿔,원기둥,구)			
3	4/18	1. 구름명암과 구름시연, -분무기 사용 (하늘과 집이 있는 풍경)시연후 따라 그려보기			
4	4/25	2. 구름명암과 구름시연, (밤이 되는 구름 풍경)다양한 하늘빛 소개			
5	5/2	하늘, 산, 집, 가지만 있는 나무, 땅(번지기와 뿌리기)			
6	5/9	풀과 나무 덩어리 시연/ 다양한 풀의 색감, /어울리는 색/대비색의 궁합 연구			
7	5/16	마스킹사용법과 효과 흰색 데이지, 구절초,/번기기로 늘어진 그림자표현방법			
8	5/23	붉은 목단꽃 (수술부분 마스킹) 꽃과 나뭇잎의 덩어리 단계 표현//분무기 활용			
9	5/30	복잡한 사물과 구도의 이해/다양한 작품을 재연해보기			
10	6/13	자동차, 건물, 늘어진 그림자. 사람들 도심 속 사람 그리는 방법, 복잡해 보이는 건물 단순하게 표현하기			
<b>기타</b>					

# 강 의 계 획 서

강좌명	동양화(계속반)	시간	목요일	13:00 ~ 15:00
강의목표	옛 문화 미술 재조명으로 현대감각 창작연구와 접목시켜 정신건강과 삶의 원동력 향상			
대상연령	성인	인원	적정	최대
교재 및 재료비	교재	개인별 채본		금액
	재료	·금액: 17,500원 (70,000원 ÷ 4분기) ·내역: 붓 35,000원, 먹 15,000원, 화선지 20,000원 ·벼루(개인소장품)		금액 17,500원
회차	일자	강의내용		비고 (준비물 등)
1	4/4	이론 및 실기 : 엽점법(나뭇잎) - 물골점법(개자법 외 3가지)		문방사우, 필기구
2	4/11	이론 및 실기 : 엽점법(나뭇잎) - 물골점법(차륜점 외 3가지)		
3	4/18	이론 및 실기 : 엽점법(나뭇잎) - 쌍구점법(풍엽법 외 2가지)		
4	4/25	이론 및 실기 : 준법(산 그리기) - 정면 그리기		
5	5/16	이론 및 실기 : 준법(산 그리기) - 좌측면 그리기		
6	5/23	이론 및 실기 : 준법(산 그리기) - 우측면 그리기		
7	5/30	이론 및 실기 : 준법(바위 그리기) - 정면 그리기		
8	6/13	이론 및 실기 : 준법(바위 그리기) - 좌측면 그리기		
9	6/20	이론 및 실기 : 준법(바위 그리기) - 우측면 그리기		
10	6/27	이론 및 실기 : 삼원근법에 준한 산과 바위그리기		
기타	꽃그림은 수강자 선호도 따라 바뀜, 채색은 개인준비			

# 강 의 계 획 서

강좌명	동양화(신규반)	시간	목요일	15:30 ~ 17:30
강의목표	전래되는 전통미술문화 재조명으로 현대적 감각창작연구와 접목시켜 개인의 재능개발 및 정신건강과 삶의 자양분을 향상			
대상연령	성인	인원	적정	최대
교재 및 재료비	교재	개인별 채본		금액
	재료	·금액: 17,500원 (70,000원 ÷ 4분기) ·내역: 붓 35,000원, 먹 15,000원, 화선지 20,000원 ·벼루(개인소장품)		금액 17,500원
회차	일자	강의내용		비고 (준비물 등)
1	4/4	이론 및 실기 : 엽점법(나뭇잎) - 물골점법(개자법 외 3가지)		문방사우, 필기구
2	4/11	이론 및 실기 : 엽점법(나뭇잎) - 물골점법(차륜점 외 3가지)		
3	4/18	이론 및 실기 : 엽점법(나뭇잎) - 쌍구점법(풍엽법 외 2가지)		
4	4/25	이론 및 실기 : 준법(산 그리기) - 정면 그리기		
5	5/16	이론 및 실기 : 준법(산 그리기) - 좌측면 그리기		
6	5/23	이론 및 실기 : 준법(산 그리기) - 우측면 그리기		
7	5/30	이론 및 실기 : 준법(바위 그리기) - 정면 그리기		
8	6/13	이론 및 실기 : 준법(바위 그리기) - 좌측면 그리기		
9	6/20	이론 및 실기 : 준법(바위 그리기) - 우측면 그리기		
10	6/27	이론 및 실기 : 삼원근법에 준한 산과 바위그리기		
기타	수강자 특성과 능력에 따라 차등지도(개인지도)			

# 강 의 계 획 서

<b>강좌명</b>	라인댄스	<b>시간</b>	수요일	<b>12:30 ~ 14:10</b>
<b>강의목표</b>	올바른 자세유지, 기초체력의 향상으로 비만과 골다공증, 치매 예방에 도움을 주며 음악과 동작의 조화를 통하여 심리적으로는 안정감형성, 신체적으로는 건강을 증진하게 하여 삶의 질을 높이고 자신감 있는 일상생활을 영위하는데 목표를 둔다.			
<b>대상연령</b>	성인	<b>인원</b>	적정	최대
<b>교재 및 재료비</b>	<b>교재</b>		<b>금액</b>	
	<b>재료</b>		<b>금액</b>	
<b>회차 (일자)</b>	<b>강 의 내 용</b>			<b>비 고 (준비물 등)</b>
1 (4/3)	☑오리엔테이션 ☑작품1- In the Summer Time      Count: 32c Wall: 2w Lever: Beginner ☑작품2- 그대 먼곳에                      Count: 32c Wall: 2w Lever: Beginner 기본스텝- 킥스텝, 몬트레이 턴, 록스텝, V-스텝 교육 방법 : 준비운동 - 스트레칭    ■ 본운동 - 기본스텝 & 작품설명 / 정리운동			댄스화  물  편한복장
2 (4/17)	☑작품3- Pachanta(R.H.W)              Count: 32c Wall: 2w Lever: Improver 기본스텝- 째바스텝, 코스터스텝, 맘보스텝, 다이몬드스텝 교육 방법 : 준비운동 - 스트레칭    ■ 본운동 - 기본스텝 & 작품설명 / 정리운동			
3 (4/24)	☑작품4- When I Get Old Remix      Count: 32c Wall: 2w Lever: Improver ☑복습 기본스텝- 썬코페이션 재즈박스, 스윙, 크로스셔플, 싸세 교육 방법 : 준비운동 - 스트레칭    ■ 본운동 - 기본스텝 & 작품설명 / 정리운동			
4 (5/1)	☑작품5- 2B3                                  Count: 32c Wall: 4w Lever: Improver ☑복습 기본스텝- 니팍, 힙범프, 피벗턴, 맘보스텝, 재즈 스웨이 교육 방법 : 준비운동 - 스트레칭    ■ 본운동 - 기본스텝 & 작품설명 / 정리운동			
5 (5/8)	☑작품6- Bring It Back                      Count: 32c Wall: 4w Lever: Improver ☑복습 기본스텝- 찰스턴, 포니스텝, 도로시 스텝, 리버스턴 교육 방법 : 준비운동 - 스트레칭    ■ 본운동 - 기본스텝 & 작품설명 / 정리운동			



# 강 의 계 획 서

<b>강좌명</b>		<b>성인동화구연</b>	<b>시간</b>	금요일	<b>10:00 ~ 11:50</b>	
<b>강의목표</b>		동화 속 인물의 목소리, 감정, 느낌 표현 등 다양한 화술을 배우며 교구를 활용하는 방법과 활용안, 교구 제작 방법, 손유희 등 동화구연과 관련된 전문적인 내용을 쉽고 재미있게 배워서 미래의 전문가를 양성한다.				
<b>대상연령</b>		성인	<b>인원</b>	적정	최대	
<b>교재 및 재료비</b>		<b>교재</b>	복사물로 대체		<b>금액</b>	0
		<b>재료</b>	교구만들기 1회, 수업자료		<b>금액</b>	5,000원
<b>회차</b>	<b>일자</b>	<b>강의내용</b>			<b>비고 (준비물 등)</b>	
1	4/5	동화구연이란? 동화구연의 역사 동화: 왕자님 꽃			필기도구 A4 화일	
2	4/12	복식 호흡법과 발성1, 즐거운 손유희 동화: 나는 꽃이야				
3	4/19	입술운동, 혀운동, 3단계 발성 동화 : 달팽이의 봄 나들이				
4	4/26	고저장단, 어려운 말 연습. 동화 : 사자와 생쥐				
5	5/17	동화구연의 실제. 끊어 읽기의 중요성 동화 : 쥐가 1등 이래요				
6	5/24	호흡과 발성2. 동화구연의 다양한 음도 동시 발성 - 꼬마 악어			교구 제작	
7	5/31	성대모사, 표정 연기 동화: 모두 모두 씯				
8	6/7	제스처 연습. 장음/단음 훈련 동화: 목소리가 큰 개미				
9	6/14	동화구연에서 몸짓(제스처)의 역할 동화: 초롱이의 노란 우산				
10	6/21	달라진 나의 모습(발표)				
기타						

# 강 의 계 획 서

<b>강좌명</b>		손바느질	<b>시간</b>	금요일	<b>12:00 ~ 13:50</b>
<b>강의목표</b>		손바느질만으로 다양한 소품과 옷을 만들어 실용성을 높이고 자긍심을 회복시킵니다			
<b>대상연령</b>		성인	<b>인원</b>	적정	최대
<b>교재 및 재료비</b>		<b>교재</b>			<b>금액</b>
		<b>재료</b>	총5종		<b>금액</b> 146,000원
<b>회차</b>	<b>일자</b>	<b>강의내용</b>		<b>비 고 (준비물 등)</b>	
1	4/5	사각형가방 스트랩 만들기		34,000원	
2	4/12	사각형 가방 만들기		원단 2종, D고리 4개, 스티치실	
3	4/19	조각치마 만들기1		48,000원  린넨 2마, 패치용 원단 1마, 2.5cm고무줄 2밴딩용, 테그	
4	4/26	조각치마 만들기2			
5	5/17	조각치마 만들기3			
6	5/24	볼레로만들기1		32,000원	
7	5/31	볼레로만들기2		린넨1마, 스티치용실	
8	6/7	방석 커버 만들기1		32,000원	
9	6/14	방석 커버 만들기2		방석 조각용 4종, 뒷보드, 지퍼,테그	
10	6/21	자투리로 잡는 물고기		방울솜, 물고기 눈	
<b>기타</b>		【개인준비물】 퀴트실, 바늘, 시침핀, 가위, 수성펜이나 초오크, 50cm자(공동구매 가능)			



# 강 의 계 획 서

강좌명	스포츠댄스	시간	수요일	14:20 ~ 16:00
강의목표	올바른 자세유지, 기초체력의 향상으로 비만과 골다공증, 치매 예방에 도움을 주며 음악과 동작의 조화를 통하여 심리적으로는 안정감형성, 신체적으로는 건강을 증진하게 하여 삶의 질을 높이고 자신감 있는 일상생활을 영위하는데 목표를 둔다.			
대상연령	성인	인원	적정	최대
교재 및 재료비	교재		금액	
	재료		금액	
회차 (일자)	강 의 내 용			비 고 (준비물 등)
1 (4/3)	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 강의 주제 : 차차차, 자이브 복습</li> <li>■ 강의 세부내용 : Basic in Place, 음악에 맞춰 리듬 익히기 작품 자이브 복습과 정리</li> </ul>			댄스화  물 편한복장
2 (4/17)	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 강의 주제 : 차차차 리더, 자이브 복습</li> <li>■ 강의 세부내용 : Underarm Turn to L Natural Top with Left Underarm Turn Advanced Hip Twist</li> </ul>			
3 (4/24)	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 강의 주제 : 차차차 턴과 리더, 자이브 복습</li> <li>■ 강의 세부내용 : Alemana</li> </ul>			
4 (5/1)	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 강의 주제 : 리더방법과 암액션, 자이브 복습</li> <li>■ 강의 세부내용 : 로프 스피닝</li> </ul>			
5 (5/8)	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 강의 주제 : 차차차 암액션, 자이브 복습</li> <li>■ 강의 세부내용 : Reverse Top with Spiral end Curl, Underarm Turn to L &amp; Fan</li> </ul>			

회차 (일자)	강 의 내 용	비 고 (준비물 등)
6 (5/22)	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 강의 주제 : 차차차 리듬타기, 자이브 복습</li> <li>■ 강의 세부내용 : Time Step,</li> </ul>	
7 (5/29)	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 강의 주제 : 차차차 포지션, 자이브 복습</li> <li>■ 강의 세부내용 : 뉴욕, 핸드 투 핸드, 솔더 포지션</li> </ul>	
8 (6/5)	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 강의 주제 : 차차차 리더, 자이브 복습</li> <li>■ 강의 세부내용 : 썩코페이티드 뉴욕, 언더암 턴</li> </ul>	댄스화  물
9 (6/12)	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 강의 주제 : 차차차 리더, 자이브 복습</li> <li>■ 강의 세부내용 : Continues Hip Twist Continues Circular Hip Twist</li> </ul>	편한복장
10 (6/19)	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 강의 주제 : 룸바 리더, 자이브 복습</li> <li>■ 강의 세부내용 : 차차차 바레이션</li> </ul>	
기타		

# 강 의 계 획 서

강좌명	영어회화(중급반)	시간	화요일	13:00 ~ 14:30
강의목표	패턴 중심 미드영어 학습 : 기본 동사를 활용한 미드 영어의 핵심패턴을 익히고 우리말을 영어로 바꾸는 연습을 통해 말하기 실력을 기른다.			
대상연령	성인	인원	적정	최대
교재 및 재료비	교재	미드 영어회화 핵심패턴 233	금액	15,000원 (개별 구매)
	재료	-	금액	-
회차	일자	강의내용		비고 (준비물 등)
1	4/2	Tell me.... / Tell me again why...?		
2	4/9	Don't tell me.... / You're telling me...?		
3	4/16	Why didn't you tell...? Could you tell me where...?		
4	4/23	I can't tell you know... / I can always tell when...		
5	4/30	I could tell by looking that... / I was told to...		
6	5/7	I told you to... / He told me to...		
7	5/14	I should've told you about... / I think I'm going to		
8	5/21	I think we should... / I think it is time...		
9	5/28	I think this is hard enough... I think that's probably...		
10	6/4	I don't think I can... / I don't think we're gonna...		
기타				

# 강 의 계 획 서

강좌명	영어회화(초급반)	시간	화요일	14:40 ~ 16:10	
강의목표	영어 말하기의 기본 다지기 : 영어식 어순 및 단어 연상 학습을 통해 원어민 표현방식을 익히고 영어 말하기의 감각을 기른다.				
대상연령	성인	인원	적정	최대	
교재 및 재료비	교재	기초학습 교재 + 여행 영어		금액	개강 후 안내
	재료	-		금액	-
회차	일자	강의내용			비고 (준비물 등)
1	4/2	전치사 쉽게 이해하기 / In a Restaurant 1			
2	4/9	전치사 1 / In a Restaurant 2			
3	4/16	전치사 2 / In a Restaurant 3			
4	4/23	전치사 3 / In a Restaurant 4			
5	4/30	전치사 4 / Fast Food & Coffee			
6	5/7	전치사 5 / In a Cafe			
7	5/14	전치사구 수식어 활용하기 1 / Other expressions 1			
8	5/21	전치사구 수식어 활용하기 2 / Other expressions 2			
9	5/28	be 동사로 말하기 / Shopping 1			
10	6/4	'be 동사 + 전치사'로 말하기 / Shopping 2			
기타					

# 강 의 계 획 서

강좌명	요가	시간	화, 목	11:00~11:50
강의목표	일상에서 잘 사용하지 않는 근육과 관절을 이완하여 몸과 마음의 조화를 이루어 건강증진과 삶의 질 향상을 목표로 한다.			
대상연령	성인	인원	적정	최대
교재 및 재료비	교재		금액	
	재료		금액	
회차	강의내용			비고 (준비물 등)
1	4/2	요가안내 및 안전지도		
2	4/4	요가안내 및 안전지도		
3	4/9	요가호흡법 인지하기 및 스트레칭		
4	4/11	요가호흡법 인지하기 및 스트레칭		
5	4/16	각 관절 풀기 및 주변 근육 이완하기		
6	4/18	각 관절 풀기 및 주변 근육 이완하기		
7	4/23	전굴,후굴,측굴 자세 익히기		
8	4/25	전굴,후굴,측굴 자세 익히기		
9	4/30	태양경배 12자세 익히기		
10	5/2	태양경배 12자세 익히기		
11	5/7	골반의 균형을 위한 동작 익히기		
12	5/9	골반의 균형을 위한 동작 익히기		
13	5/14	구루뿌라남 (스승경배자세) 익히기		
14	5/16	구루뿌라남 (스승경배자세) 익히기		
15	5/21	요가 스트랩을 활용한 동작 익히기		
16	5/23	요가 스트랩을 활용한 동작 익히기		
17	5/28	요가 블록을 활용한 동작 익히기		
18	5/30	요가 블록을 활용한 동작 익히기		
19	6/4	서서하는 하체 강화 동작 익히기		
20	6/11	서서하는 하체 강화 동작 익히기		
기타				

# 강 의 계 획 서

<b>강좌명</b>		일본어 회화(중급반)	<b>시간</b>	금요일	<b>13:00~14:50</b>
<b>강의목표</b>		상황에 맞게 심화된 표현을 할 수 있게 응용능력을 키운다.			
<b>대상연령</b>		성인	<b>인원</b>	적정	최대
<b>교재 및 재료비</b>		<b>교재</b>	다이스키 일본어 下(동양북스)	<b>금액</b>	16,000원 (개별구매 or 공동구매)
		<b>재료</b>		<b>금액</b>	
회차	일자	강의내용			비고 (준비물 등)
1	4/5	日本へ 行った ことが ありますか	4과-1 た형 알아보기, 기본연습1	상기 교재	
2	4/12		4과-2 기본연습2, 응용연습,	상기 교재	
3	4/19		4과-3 회화문, 총정리	상기 교재	
4	4/26	本を 読んだり 音楽を 聞いたり します	5과-1 기본연습1	상기 교재	
5	5/3		5과-2 기본연습2, 응용연습,	상기 교재	
6	5/10		5과-3 회화문, 총정리	상기 교재	
7	5/17	お酒が 飲めます か	6과-1 가능형 알아보기, 기본연습1	상기 교재	
8	5/24		6과-2 기본연습2	상기 교재	
9	6/14		6과-3 응용연습회화문	상기 교재	
10	6/21		6과-4 회화문, 총정리	상기 교재	
기타		5월 31일(마지막 주 금요일), 6월 7일(징검다리 연휴 금요일)은 휴강으로 함			

# 강 의 계 획 서

강좌명		중국어 회화(중급반)	시간	화요일	10:00 ~11:50
강의목표		꾸준한 학습으로 어학 수준을 향상시키고 최신트렌드를 익히게 함			
대상연령		성인	인원	적정	최대
교재 및 재료비		교재	파고다 중국어 기초 2/ 파고다박스	금액	17,000원 (개별구매)
		재료		금액	
회차	일자	강의내용			비고 (준비물 등)
1	4/2	중국어로 간단한 자기소개 해보기			
2	4/9	시간대 인사말, 국적 묻고 답하기			
3	4/23	존재표현, 방위사 익히기			
4	4/30	시간사 익히기, 계획 묻고 답하기			
5	5/14	제안표현 익히기, 장소 대상관련 표현			
6	5/21	동작의 방향, 동작의 완료표현 익히기			
7	5/28	조동사 익히기			
8	6/4	경험 묻고 답하기			
9	6/11	장소찾기와 교통수단을 이용한 이동학습			
10	6/18	학습한 내용으로 문답 진행하기			
기타					

# 강 의 계 획 서

<b>강좌명</b>	<b>칼림바</b>		<b>시간</b>	수요일	<b>15:00 ~ 16:40</b>
<b>강의목표</b>	누구나 쉽게 기초부터 탄탄히 익혀서 다양한 종류의 곡들을 칼림바를 통해 즐길 수 있게 한다.				
<b>대상연령</b>	8세 ~ 성인		<b>인원</b>	적정	최대
<b>교재 및 재료비</b>	<b>교재</b>	라떼 칼림바(다모아뮤직)		<b>금액</b>	7,000원 (개별구매)
	<b>재료</b>	칼림바		<b>금액</b>	3~8만원
<b>회차</b>	<b>일자</b>	<b>강의내용</b>			<b>비고 (준비물 등)</b>
1	4/3	거미 오 수재너/17계 연습곡 스케일1. 스케일 2 창밖을 바라/ 당김음 주의 ♪, 아리랑 3/4박자 //과정별 진도			칼림바,교재
2	4/17	창밖을 바라/ 아리랑 복습. 화음 연주하기1 3도 화음 연습곡 꼬마별 두음을 동시에 연주 //과정별 진도			초급,고급반 과정별 진도
3	4/24	3도 화음 꼬마별 복습. 멧쟁이 토마토학교종/ 똑같아요 화음 연습			
4	5/1	멧쟁이 토마토/학교종/ 똑같아요 화음 연습 복습 당신의 소중한 사람/ 못갓춘마디 여린내기 //과정별 진도			
5	5/8	당신의 소중한 사람. 코드연습C:1353 F:461'6G:572'7 거미/나비아			
6	5/22	송어/못갓춘마디 여린내기 연습 //과정별 진도 코드 연습 C:1353 F:461'6 G:572'7 징글벨/ 잠자리			
7	5/29	송어 복습 / 섬집아기 6/8박자 ♪1박. 베이스 함께 연주하기 /거미			
8	6/5	섬집아기 복습. 반달.베이스 함께 연주하기 /거미복습 축하합니다/ 베이스 음에 주의 하여 연주 //과정별 진도			
9	6/12	반달/축하합니다 복습. 스승의 은혜 //과정별 진도			
10	6/19	스승의 은혜 복습 /바람이 불어오는 곳 //과정별 진도 코드 연습 C:1 35 35 35 F:4 61'61'61' G:5 72'72'72'			
기타	학생들의 수준에 맞추어 수업, 결석생들 체크하고 상담하기				



# 강 의 계 획 서

<b>강좌명</b>	캘리그래피와 손글씨 POP	<b>시간</b>	화요일	<b>10:00 ~11:50</b>
<b>강의목표</b>	자아실현, 취미생활, 소품 실생활 활용, 인테리어, 색깔감각, 자녀교육, 취업, 마음수행 등을 목적으로 할 수 있습니다.			
<b>대상연령</b>	성인	<b>인원</b>	적정	최대
<b>교재 및 재료비</b>	<b>교재</b>	글플러스 캘리그래피 or P.O.P		<b>금액</b> 20,000원 (개강 후 공동구매)
	<b>재료</b>	평붓3개, 물감3개, 색지, 프린트		<b>금액</b> 30,000원
<b>회차</b>	<b>일자</b>	<b>강의내용</b>		<b>비고 (준비물 등)</b>
1	4/2	<b>P.O.P&amp;캘리그래피 O.T</b> P.O.P &캘리그래피 정의 / 재료소개 / 자료학습		매직, 연습종이
2	4/9	<b>매직 글씨 쓰기 (P.O.P &amp;캘리그래피 )</b> 자음 쓰기 / 단어 쓰기 / 문장 쓰기		매직, 연습종이 깨끗한종이
3	4/16	<b>매직 실습</b> 매직글씨를 활용한 시화 만들기		매직, 흰색지, 자 연필, 지우개, 신문
4	4/23	<b>평붓 기초 배우기</b> 선긋기 / 곡선 긋기		물감, 평붓, 종이
5	4/30	<b>평붓 글씨 배우기</b> 자음, 모음 쓰기 / 단어, 문장 쓰기		물감, 평붓, 종이 매직, 자
6	5/14	<b>평붓 실습1-이름표 만들기</b> 캘리 기초선 / 곡선 / 옛체 쓰기		물감, 연필, 자 지우개, 붓, 색지
7	5/21	<b>평붓 실습2-생활 p.o.p실습-잠시 주차중</b> 캘리 여러 글씨체 실습		물감, 가위, 풀, 연필, 지우개, 붓, 색지
8	5/28	<b>일러스트</b> 클립아트를 활용한 색깔 감각 익히기		종이, 물감, 연필 지우개, 네임펜, 색지
9	6/4	<b>캘리 시화 연습</b> 둥근 붓 익히기 / 시화체 / 엽서체 / 시화 글씨 익히기		세필붓, 물감, 시한편 색지
10	6/11	<b>실전P.O.P1&amp;캘리</b> 시화 글씨를 활용한 시화 포스터 작업		물감, 붓, 색지
기타	첫시간 준비물 : 둥근촉 매직, 필기도구, 연습종이나 스케치북			

# 강 의 계 획 서

<b>강좌명</b>		통기타(계속반)	<b>시간</b>	수요일	11:30 ~ 13:00	
<b>강의목표</b>		건전한 취미생활과 실용음악에 대한 기능 향상				
<b>대상연령</b>		성인	<b>인원</b>	적정	최대	
<b>교재 및 재료비</b>		<b>교재</b>	통기타 기초		<b>금액</b>	10,000원
		<b>재료</b>			<b>금액</b>	
<b>회차</b>	<b>일자</b>	<b>강의내용</b>			<b>비 고 (준비물 등)</b>	
1	4/3	통기타 주법 고고 스트로크 주법 배우기				
2	4/17	통기타 주법 고고 커팅 주법 배우기				
3	4/24	통기타 주법 칼립소 주법 배우기				
4	5/1	통기타 주법 칼립소 리듬노래 연습				
5	5/22	통기타 주법 칼립소변형 장미 연습				
6	5/29	통기타 코드 또다른 운지법 배우기				
7	6/5	통기타 스트로크 주법 스윙 연습곡 배우기				
8	6/12	통기타 스트로크 스윙 연습곡 연습				
9	6/19	통기타 주법 셔플 연습곡 배우기				
10	6/26	통기타 주법 스윙및셔플 합주연습				
기타		·1:1개인라슨으로 능률적으로 수업진행 (레크레이션,함께노래부르기)				

# 강 의 계 획 서

<b>강좌명</b>		통기타(신규반)	<b>시간</b>	수요일	09:50 ~ 11:20	
<b>강의목표</b>		건강한 취미생활과 실용음악에 대한 기능 향상				
<b>대상연령</b>		성인	<b>인원</b>	적정	최대	
<b>교재 및 재료비</b>		<b>교재</b>	통기타 기초		<b>금액</b>	10,000원
		<b>재료</b>			<b>금액</b>	
<b>회차</b>	<b>일자</b>	<b>강의내용</b>			<b>비 고 (준비물 등)</b>	
1	4/3	기초음계/음악 전반의 기초지식 배우기				
2	4/17	통기타기본자세/오른손,왼손 자세				
3	4/24	멜로디 연주로 연습곡 연습				
4	5/1	8/6박자 왈츠 연습곡 연습				
5	5/22	4/3박자 왈츠 스트로그 연습				
6	5/29	4/4박자 슬로우락 아르페지오 연습				
7	6/5	4/4박자 슬로우락12비트 스트로그 연습				
8	6/12	슬로우 고고 아르페지오 연습곡 연습				
9	6/19	슬로우 고고 스트로그 연습				
10	6/26	빠른8비트 스트로그 연습				
기타		·1:1개인라슨으로 능률적으로 수업진행 (레크레이션,함께노래부르기)				

# 강 의 계 획 서

강좌명		파워 댄스		시간	수, 금	10:00 ~ 10:50	
강의목표		신나게 칼로리를 소모할 수 있는 파워댄스로 지역민의 정서적 만족감 향상과 스트레스 해소 나아가 건강한 삶을 도모하기 위함에 목표가 있다.					
대상연령		성인		인원	적정		최대
교재 및 재료비		교재				금액	
		재료				금액	
회차	일자	강의내용					비고 (준비물 등)
1	4/3	파워댄스의 정의, 워밍업 동작 배우기					운동복 운동화 물
2	4/5	버닝업, 토닝, 근력 심박수 올리는 동작					
3	4/12	merengue 스텝 배우기					
4	4/17	작품으로 배우기 1					
5	4/19	상체를 이용한 댄스배우기					
6	4/24	작품으로 배우기 2					
7	4/26	몸풀기					
8	5/1	cumbia					
9	5/3	cumbia 스텝 배우기					
10	5/8	응용 작품 배우기 1					
11	5/10	댄스기본스텝					
12	5/17	근력 심박수 올리는 동작					
13	5/22	작품으로 배우기 3					
14	5/24	상체 이용한 웨이브					
15	5/29	하체를 이용한 댄스배우기					
16	5/31	작품으로 배우기 4					
17	6/5	전신이용한 몸풀기					
18	6/7	salsa					
19	6/12	salsa 스텝 배우기					
20	6/14	응용 작품 배우기 2					
기타							

# 강 의 계 획 서

강좌명	프랑스자수	시간	금요일	10:00 ~ 11:50	
강의목표	프랑스 자수의 다양한 스티치법을 익히며 색색의 수실로 실용성 있는 생활소품을 완성해 봅니다.				
대상연령	성인	인원	적정	최대	
교재 및 재료비	교재	강사 개인 커리큘럼		금액	
	재료	반제품 3가지 및 부재료		금액 93,000원	
회차	일자	강의내용			비고 (준비물 등)
1	4/5	<b>오븐덮개</b> - 아우트라인s 뺑s			<b>개인 바느질 도구</b> (실, 가위, 바늘, 먹지, 수성펜)
2	4/12	오븐덮개- 스트레이트s 레이지데이지s			
3	4/19	오븐덮개- 프렌치넛s			
4	4/26	<b>야생화쿠션커버</b> - 아우트라인s 뺑s 스트레이트s			
5	5/3	야생화쿠션커버- 새틴s 리프s			
6	5/10	야생화쿠션커버- 프렌치넛s 새틴s			
7	5/17	야생화쿠션커버- 스플릿s 레이지데이지s			
8	5/24	수국입체수놓기- 케스트온s 응용			
9	6/7	<b>파우치</b> 패턴 바느질			
10	6/14	지퍼연결			
기타					

# 강 의 계 획 서

<b>강좌명</b>	플룻		<b>시간</b>	수요일	<b>17:00 ~ 18:40</b>
<b>강의목표</b>	누구나 쉽게 기초부터 탄탄히 익혀서 다양한 종류의 곡들을 플룻을 통해 즐길 수 있고 독주로, 합주로 어디에서나 연주할 수 있어서 마음의 여유를 찾고 문화생활에 풍요로움을 더 할 수 있다.				
<b>대상연령</b>	8세 ~ 성인		<b>인원</b>	적정	최대
<b>교재 및 재료비</b>	<b>교재</b>	스마트 플루트교본1(일신서적) *집에 있는 교재 사용 가능		<b>금액</b>	9,000원
	<b>재료</b>	플룻, 보면대 대여가능: 분기별 2만원(수업중에만 대여)		<b>금액</b>	-
<b>회차</b>	<b>일자</b>	<b>강의내용</b>			<b>비고 (준비물 등)</b>
1	4/3	이음줄, 응용곡 연습하기 *작은별, 작은세상, 열 작은 인디언 *개별진도			플룻,교재, 보면대
2	4/17	응용곡 연습하기 *소망, 가을밤, 피아노 소나타 가장조 k.331 *개별진도			
3	4/24	중음 도.레,미 운지 연습 *Etude-1,2,3 *개별진도			
4	5/1	응용곡 연습 *우리강아지-1,2 *개별진도			
5	5/8	중음 라.시, 고음도 운지 배우기 같은 운지&옥타브 소리내기, 롱 톤 연습 *개별진도			
6	5/22	*고향의 추억, 잠자리 *개별진도			
7	5/29	스타카토, 음의도약 연습 *장난감 교향곡, 작은별 *개별진도			
8	6/5	응용곡 연습 *You Are My Sunshine, 들로 산으로 *개별진도			
9	6/12	2중주 연습,저음. 중음 시b 운지배우기 *Obladi Oblada *개별진도			
10	6/19	*빠꾸기, 이몸이 새라면 *개별진도			
기타	수강생들의 수준에 맞추어 개별지도 하며, 결석사유를 묻고 흥미를 잃지 않도록 한다.				

# 강 의 계 획 서

강좌명		한국무용	시간	화요	14:00 ~ 15:50
강의목표		전통무용의 기본원리와 바른자세 다양한 춤사위를 접해본다.			
대상연령		성인	인원	적정	최대
교재 및 재료비		교재			금액
		재료			금액
회차	자	강의내용			비고 (준비물 등)
1	4/2	오리엔테이션, 강사소개, 작품소개, 전통무용의 개념정리와 용어,장단을 설명한다			버선, 허리치마, 한삼
2	4/16	디딤과 굴신,팔사위의 기본동작 익히기 "한삼무"			
3	4/23	"한삼무"작품의 굵거리 순서1			
4	4/30	"한삼무"작품의 호흡법과 팔사위 배우기			
5	5/14	"한삼무"작품의 굵거리 순서2			
6	5/21	한삼무"작품의 동선체크 및 시선처리			
7	5/28	"한삼무"작품의 굵거리 순서3			
8	6/4	"한삼무"작품의 굵거리123복습			
9	6/11	"한삼무"작품의 겹디딤,연풍대 익히기			
10	6/18	"한삼무"작품의 굵거리 정리			
기타					