

발레II 강의계획서

1. 강의개요					
학습과정명	발레II	학점	3	교강사 연락처	추후안내
강의시간	5	강의실	추후안내	교강사 e-mail	추후안내
2. 교육과정 수업목표					
<p>본 교과목은 발레의 움직임에 대한 심화 학습을 통해 동작의 표현, 리듬의 표현, 기능의 표현 등 구체적이고 체계적인 표현을 강화하는 것을 목적으로 한다.</p> <p>이에 따른 본 교과목의 학습목표는 다음과 같다.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bar Work과 Center Work을 통해 테크닉을 향상시킬 수 있다. 2. 발레의 명작들을 그 특성에 맞게 표현할 수 있는 능력과 작품의 특성을 파악하는 법을 학습한다. 3. 동작과 신체와의 긴밀한 연계성을 이해하고 움직임에 대한 표현력을 극대화한다. 					
3. 교재 및 참고문헌					
주교재 : 올바른 발레 용어 / 이유라, 이미라, 플로어웍스, 2021					
4. 주차별 강의(실습·실기·실험) 내용					
주별	차시	수업(강의·실험·실습 등) 내용		과제 및 기타 참고사항	
제 1 주	1	<p>※ 오리엔테이션: 전반적인 강의계획을 설명하고 학습과정에 대한 소개 및 강의 진행방식(과제물, 중간고사, 기말고사, 수시시험, 평가 기준 포함) 설명</p> <p>1) 강의주제: 오리엔테이션 및 기본 발레 용어 낭독과 발음(1)</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 전반적인 강의계획에 대한 설명을 듣고, 한 학기 동안 학습할 학습 과정을 이해할 수 있다. - 수업에 필요한 학습자료와 실습방법에 대해 파악할 수 있다. - 발레 수업에서 자주 사용되는 기본 용어 20~30개를 정확히 읽고 발음할 수 있다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 강의계획 설명 - 개별과제물 소개 - 수시시험 소개 - 중간고사, 기말고사 소개 - 기본 발레 용어의 목록 		<p>(1) 개별 과제물 안내</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 평가내용 : 발레 용어와 동작 개념 정리 ② 제출주차 :12주차 <p>(2) 수시시험</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 평가내용: 1-6주차의 수업에 대한 주요 개념 및 이해도 평가 ② 평가주차 : 7주차 실시 ③ 평가방법: 단답형 및 서술식 혼용 제출 <p>(3) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의계획서 ② 강의내용 PPT ③ 주교재 <p>(4) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(5) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의 ② 질의응답 	

2	<p>1) 강의주제: 기본 발레 용어 낭독과 발음(2)</p> <p>2) 강의목표 - 발레 수업에서 자주 사용되는 기본 용어 20~30개를 정확히 읽고 발음할 수 있다.</p> <p>3) 강의세부내용 - 발레 용어 낭독 훈련 - 짧은 용어 목록 받아쓰기 및 발음 - 동작과 함께 발음하기</p>	<p>(1) 학습자료 ① 강의내용 PPT ② 주교재</p> <p>(2) 활용 기자재 ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기</p> <p>(3) 강의방법 ① 실습 - 용어 낭독 - 받아쓰기 및 발음</p>
3	<p>1) 강의주제: 서로 맞추며 발레 용어 구사 훈련</p> <p>2) 강의목표 - 발레 수업 상황에서 교사와 동료 간에 정확한 발레 용어 전달과 이해할 수 있다. - 상호 의사소통 속에서 용어를 유창하게 구사할 수 있다.</p> <p>3) 강의세부내용 - A가 발레 용어로 지시 → B가 해당 동작 수행 - 3~4인 조에서 용어 지시 릴레이 게임 - '상황극' 기반 실습: 강사-수강생 역할 나눠 수업 상황 재현 - 강사의 동작/단어 조합을 듣고 정확히 따라 하기</p>	<p>(1) 학습자료 ① 강의내용 PPT ② 주교재</p> <p>(2) 활용 기자재 ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기</p> <p>(3) 강의방법 ① 실습 - 동작 수행 - 릴레이 게임 - 수업 상황 재현</p>
4	<p>1) 강의주제: 단어-동작 짝짓기 게임</p> <p>2) 강의목표 - 기본 발레 용어와 해당 동작을 직관적으로 매칭할 수 있다. - 시각·청각·신체 감각을 동시에 활용해 용어 암기와 반응 속도를 향상시킬 수 있다.</p> <p>3) 강의세부내용 - 학생 각자 용어 카드를 뽑고, 해당 동작을 조용히 준비 - 팀 대항 단어-동작 게임 - 그림 카드 매칭 게임 - 단어-동작 이어달리기 게임</p>	<p>(1) 학습자료 ① 강의내용 PPT ② 주교재</p> <p>(2) 활용 기자재 ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기</p> <p>(3) 강의방법 ① 실습 - 동작 게임</p>
5	<p>1) 강의주제: 자주 쓰이는 발레 용어 기반 동작 조합 실습</p> <p>2) 강의목표 - 발레 수업 및 콤비네이션에서 자주 등장하는 기본 용어들을 실제 동작 조합으로 연결할 수 있다. - 용어 간 관계와 전환 흐름을 이해하고, 동작을 유기적으로 묶어 수행할 수 있다.</p> <p>3) 강의세부내용 - 기본 3~4개 용어로 구성된 짧은 동작 조합 학습 - 콤비네이션 난이도 높이기</p>	<p>(1) 학습자료 ① 강의내용 PPT ② 주교재</p> <p>(2) 활용 기자재 ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기</p> <p>(3) 강의방법 ① 실습 - 용어 동작 학습</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - 같은 용어로 다양한 조합 구성하기 - 조별 콤비네이션 창작 실습 	
제 2 주	1	<p>1) 강의주제: 발레의 기본 포지션 이론과 정렬 훈련</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 발레의 기본이 되는 5가지 발 포지션과 3가지 팔 포지션의 명칭, 구조, 역할을 정확히 이해할 수 있다. - 각 포지션의 형태적 차이와 정렬 원리를 이론적으로 설명할 수 있다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 5가지 발 포지션 - 3가지 기본 팔 포지션 - 각 포지션의 정렬 기준 - 잘못된 포지션의 예시와 신체적 위험 	<p>(1) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의 ② 질의응답
	2	<p>1) 강의주제: 발/팔 포지션 정렬과 정적 포즈 실습</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 5가지 발 포지션과 3가지 팔 포지션을 신체 기준선에 맞추어 정확히 정렬할 수 있다. - 정적 포즈를 통해 근육의 정렬 감각과 자세 유지력을 향상시킬 수 있다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 5가지 발 포지션 정렬 훈련 - 3가지 팔 포지션 정렬 훈련 - 발과 팔을 조합한 정적 포즈 구성 연습 - 거울 없이 자세 유지해보기 	<p>(1) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 실습 <p>- 포지션 정렬 유지</p>
	3	<p>1) 강의주제: 포지션 시간 늘리기 도전</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 발과 팔의 포지션을 정확한 자세로 점점 더 긴 시간 유지할 수 있다. - 자세 흔들림 없이 중심을 유지하는 근육 통제력과 체중 조절 능력을 기른다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 각자 선택한 발/팔 포지션으로 10초 정지 유지 - 상대방의 포즈를 관찰하고 흔들림/비정렬을 체크 - 작은 움직임 통제 훈련 - 발/팔 포지션 3~4개를 연결하며 각각 정지 유지 	<p>(1) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 실습 <p>- 자세 정렬 유지</p>
	4	<p>1) 강의주제: 팔과 머리의 라인 정렬 실습</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 팔과 머리의 곡선, 방향, 높이, 각도를 정확하게 정렬할 수 있다. - 잘못된 팔/머리 정렬이 전체 라인에 미치는 영향을 인식하고 교정한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 거울 앞 기본 자세 정렬 훈련 - 상체 정지 유지 훈련 	<p>(1) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 실습

		<ul style="list-style-type: none"> - 라인 연결 훈련 - 감정 표현 라인 만들기 	<ul style="list-style-type: none"> - 자세 정렬 유지
	5	<p>1) 강의주제: 정렬과 호흡 체크 & 사진 촬영 실습</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 정적 자세에서 신체 정렬 상태(발, 무릎, 골반, 척추, 팔, 머리 등)를 정확히 이해하고 점검할 수 있다. - 호흡이 정렬과 움직임에 미치는 영향을 체감하고 통제할 수 있다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 기본 포지션으로 정적 자세 유지 - 정렬 + 호흡 조절 상태에서 사진 촬영 - 정렬 오류/호흡 경직 포인트 찾아주기 - 나의 변화 체크 및 자기 피드백 기록 	<p>(1) 학습자료</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 실습 - 자세 유지 - 사진 촬영 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백
제 3 주	1	<p>1) 강의주제: 플리에와 텐유의 정의 및 목적 이해</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 플리에와 텐유의 정의, 언어적 유래, 동작 구조를 정확히 이해한다. - 두 동작의 기능적 목적(체중 전달, 근력 형성, 중심 이동 등)을 설명할 수 있다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 플리에 (Plié): 프랑스어로 '접다', 무릎을 굽히는 동작 - 목적: 착지와 도약 준비, 아킬레스건 유연성, 체중 분산 - 텐듀 (Tendu): 프랑스어로 '뻗다', 발끝을 바닥에 대고 밀어내는 동작 - 목적: 발의 아치 강화, 바닥 감각 훈련, 선 표현 연습 	<p>(1) 학습자료</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 강의 ② 질의응답
	2	<p>1) 강의주제: 플리에와 텐듀 기본 동작</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 플리에와 텐유의 정확한 동작 방법을 시각적으로 인지하고 모방할 수 있다. - 기본 동작 수행 시 몸의 감각, 근육 사용, 호흡을 인식한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 플리에 반복 실습 - 텐듀 반복 실습 - 플리에 + 텐듀 콤비네이션 루틴 - 서로의 동작 관찰 및 교정 포인트 확인 	<p>(1) 학습자료</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 실습 - 동작 반복 실습
	3	<p>1) 강의주제: 동작 간 근육 사용 포인트 분석</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 플리에, 텐듀 등 기본 동작에서 주요 근육이 언제, 어떻게 작동하는지 분석할 수 있다. - 정렬과 근육 사용의 관계를 이해하고, 비효율적 	<p>(1) 학습자료</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터

		<p>동작을 수정할 수 있다.</p> <p>3) 강의세부내용 - 플리에 근육 인식 실습 - 텐듀 근육 인식 실습 - 근육 작용 관찰과 피드백 - 전체 루틴 실습 (플리에-텐듀 연결 루틴)</p>	<p>② PC, 화이트보드 ③ 음향기기</p> <p>(3) 강의방법 ① 실습 - 동작 실습 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백</p>
	4	<p>1) 강의주제: 플리에 깊이와 무릎 정렬 훈련</p> <p>2) 강의목표 - demi-plié와 grand plié에서 올바른 깊이로 내려가는 기준을 체득한다. - 무릎의 위치와 방향을 고관절-발끝 라인에 맞추어 정확히 정렬할 수 있다.</p> <p>3) 강의세부내용 - demi-plié 깊이 체크 훈련 - grand plié 단계별 하강 훈련 - 한 명이 동작, 한 명이 무릎과 발끝 정렬 확인 - 음악에 맞춘 플리에 루틴</p>	<p>(1) 학습자료 ① 강의내용 PPT ② 주교재</p> <p>(2) 활용 기자재 ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기</p> <p>(3) 강의방법 ① 실습 - 동작 체크 훈련 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백</p>
	5	<p>1) 강의주제: 템포에 따라 텐듀 반복 속도 변화</p> <p>2) 강의목표 - 텐듀 동작을 느린, 보통, 빠른 템포에 따라 정확하게 수행할 수 있다. - 템포 변화 속에서도 발끝의 밀어내는 감각과 중심 유지를 잃지 않는다.</p> <p>3) 강의세부내용 - 느린 템포(Adagio) 텐듀 반복 - 보통 템포(Moderato) 텐듀 반복 - 빠른 템포(Allegro) 텐듀 반복 - 3단계 템포 루틴 실습</p>	<p>(1) 학습자료 ① 강의내용 PPT ② 주교재</p> <p>(2) 활용 기자재 ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기</p> <p>(3) 강의방법 ① 실습 - 동작 반복</p>
제 4 주	1	<p>1) 강의주제: 제타르와 론드장브의 명칭과 동작 구조 학습</p> <p>2) 강의목표 - 제타르(jeté), 론드장브(rond de jambe)의 프랑스어 어원과 정확한 발음 및 뜻을 이해한다. - 실제 콤비네이션 속에서 두 동작을 응용할 수 있는 기반을 마련한다.</p> <p>3) 강의세부내용 - Jeté: 프랑스어로 '던지다'라는 뜻 → 다리를 바닥에서 떼어 들어올리는 빠른 동작 - Rond de jambe: '다리의 원(circle of the leg)' → 다리를 바닥에 그리듯 원형 이동 - 각각의 사용 목적: 제타르는 추진력/도약, 론드장브는 유연성/선 연결 훈련</p>	<p>(1) 학습자료 ① 강의내용 PPT ② 주교재</p> <p>(2) 활용 기자재 ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기</p> <p>(3) 강의방법 ① 강의 ② 질의응답</p>
	2	<p>1) 강의주제: 제타르와 론드장브 기본 동작 실습</p>	<p>(1) 학습자료 ① 강의내용 PPT</p>

	<p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 제타르(Jeté)와 론드장브(Rond de jambe)를 기본 포지션에서 정확히 수행할 수 있다. - 동작 수행 중 발끝, 고관절, 중심 정렬을 유지하며 흐름을 깨지 않고 이어간다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jeté à terre 실습 - Rond de jambe à terre 실습 - 두 명씩 짝지어 서로의 동작 관찰 - Jeté + Rond de jambe 연결 루틴 	<p>② 주교재</p> <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 실습 - 동작 실습 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백
3	<p>1) 강의주제: 동작 전환 시 체중 이동 감각 익히기</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 발레 기본 동작 사이에서 체중이 어느 다리에 실려야 하는지를 정확히 인식한다. - 중심 이동 중에도 정렬과 균형이 유지되도록 근육을 조절할 수 있다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 정지 상태에서 체중 이동 감각 훈련 - 동작 전환 루틴에서 체중 이동 실습 - 템포 변화 적용 - 자기 피드백 정리 및 마무리 루틴 	<p>(1) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 실습 - 동작 훈련 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백
4	<p>1) 강의주제: 다리의 아웃워드 라인 점검 실습</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 발레 기본 동작 수행 시 다리의 외향적인 라인(turn-out된 선)을 정확히 인식하고 표현할 수 있다. - 고관절-무릎-발끝이 연결된 일관된 아웃워드 라인을 구성할 수 있다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1st, 2nd, 5th 포지션에서 바를 잡고 다리 라인 점검 - tendu, jeté, développé 등 라인이 도드라지는 동작 반복 - 고관절-무릎-발끝 선 일치 여부 확인 - 루틴 적용 및 자기 점검 	<p>(1) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 실습 - 동작 훈련 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백
5	<p>1) 강의주제: 원형 공간 안에서 론드장브 동선 연습</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 론드장브 동작의 이해와 수행에서 가장 중요한 '원형 궤적'의 개념을 시각적으로 체감한다. - en dehors / en dedans의 방향성과 공간 사용 방식의 차이를 명확히 이해하고 실습한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 정지 상태에서 원형 감각 익히기 - rond de jambe à terre 반복 실습 - 원형 안에서 중심 유지 훈련 - 짧은 루틴과 공간 활용 	<p>(1) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 실습 - 동작 훈련

제 5 주	1	<p>1) 강의주제: 폰듀와 프라페의 차이점과 활용 목적 이해</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 폰듀(Fondu)와 프라페(Frappé)의 어원, 발레에서의 정의, 동작 구조를 명확히 구별할 수 있다. - 두 동작의 신체 사용 방식과 근육 작용 차이를 인식한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fondu (폰듀): 프랑스어로 "녹이다"라는 뜻 - 유연하고 부드러운 하강과 상승, 균형 중심 훈련 - Frappé (프라페): "치다, 두드리다"라는 뜻 - 날카로운 리듬감, 발끝 반응 속도 향상 	<p>(1) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의 ② 질의응답
	2	<p>1) 강의주제: 폰듀와 프라페 타이밍 중심 훈련</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 폰듀와 프라페 동작의 속도감과 타이밍 차이를 음악과 함께 명확히 구별할 수 있다. - 카운트에 맞춰 정확한 동작 타이밍을 놓치지 않고 수행하는 능력을 기른다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 느린 템포 음악(3/4)에서 1&2, 3&4 카운트에 맞춘 폰듀 - 빠른 템포 음악(2/4 or 4/4)에서 프라페 연속 동작 - 짝 활동: A가 동작, B가 카운트를 세며 타이밍 정확성 관찰 - 폰듀 → 프라페 연결 루틴 	<p>(1) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 실습 <p>- 동작 훈련</p>
	3	<p>1) 강의주제: 발목 탄성과 속도 비교 실험</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 발목의 탄성(튀어오름)과 속도 반응(빠른 수축-이완)의 차이를 신체적으로 체험한다. - 훈련을 통해 발목의 균형, 반응성, 리듬감을 함께 향상시킬 수 있다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 제자리에서 demi-plié 후 발바닥 밀어올리기 - 프라페 4박자 루틴: 1박자 안에 발끝 튕기기 4회 반복 - 탄성 vs 속도 비교 루틴 - 정리 및 자기 피드백 	<p>(1) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 실습 <p>- 동작 훈련</p> <ol style="list-style-type: none"> ② 발표 및 토론 <p>- 발표 및 피드백</p>
	4	<p>1) 강의주제: 타이밍 중심 빠르기 조절 훈련</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 발레 동작을 음악의 박자, 마디 구조에 정확히 맞춰 빠르기를 조절할 수 있다. - 빠른 동작 중에도 중심, 정렬, 표현력을 유지하는 조절 능력을 기른다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 느림에서 빠름으로 (Accelerando 감각) 	<p>(1) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - 빠름에서 느림으로 (Rallentando 감각) - 루틴 속 빠르기 조절 구간 수행 - 자기 피드백 	<ul style="list-style-type: none"> ① 실습 - 동작 훈련 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백
	5	<p>1) 강의주제: 폼 유지를 위한 코어 근육 반복 훈련</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 발레 자세 유지에 필수적인 코어 근육(복횡근, 다열근, 복직근 등)의 위치와 기능을 이해한다. - 바른 정렬 상태를 유지하기 위해 코어에 지속적인 긴장감을 부여하는 법을 익힌다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 정지 상태 코어 자극 훈련 - 바 동작 속 코어 유지 반복 - 중심 흔들림 상황에서 코어 반응 훈련 - 짧은 루틴 실습 	<p>(1) 학습자료</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 실습 - 동작 훈련
제 6 주	1	<p>1) 강의주제: 아다지오와 알레그로의 개념 비교 및 설명</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 아다지오와 알레그로의 음악적 의미와 발레에서의 적용 방식을 명확히 이해한다. - 무대 위에서 두 분위기를 표현하기 위한 감정적 접근법과 리듬 해석 방식을 익힌다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - Adagio: 이탈리아어로 '느리게', '천천히 부드럽게 흐르는 음악' - 발레에선 균형, 유연성, 선(line), 감정의 깊이 강조 - Allegro: '빠르게, 생기 있게' - 점프, 방향 전환, 리듬감, 추진력이 핵심 	<p>(1) 학습자료</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 강의 ② 질의응답
	2	<p>1) 강의주제: 아다지오 동작 진행 - 천천히 움직이기 실습</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 아다지오 동작을 정확한 중심과 근육 조절로 천천히 진행할 수 있다. - 동작 중 정지 없이 흐름을 이어가는 선의 감각을 체득한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 정지 동작에서 천천히 풀기 - 연결 동작의 느린 진행 - 선 흐름 유지하며 포르 드 브라와 함께 진행 - 루틴 전체 실습 및 자기 피드백 	<p>(1) 학습자료</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 실습 - 동작 훈련 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백
	3	<p>1) 강의주제: 알레그로 동작 리듬 적용 반복</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 알레그로 동작을 리듬 속에 정확히 맞추어 반복 수행할 수 있다. - 빠른 루틴 안에서도 발끝, 착지, 중심 정렬을 유지하며 흐름을 조절할 수 있다. 	<p>(1) 학습자료</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드

		<p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 기본 알레그로 동작 반복 - 리듬 루틴 반복 - 템포 변화 적용 - 피드백 	<p>③ 음향기기</p> <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 실습 <ul style="list-style-type: none"> - 동작 훈련 ② 발표 및 토론 <ul style="list-style-type: none"> - 발표 및 피드백
	4	<p>1) 강의주제: 음악과 함께 아다지오 루틴 연습</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 아다지오 음악의 프레이즈와 박자, 호흡에 맞춰 정확하게 동작을 배치할 수 있다. - 음악과 동작이 하나로 연결된 흐름 있는 움직임을 구현한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 느린 루틴 기본 구성 습득 - 음악과 함께 루틴 적용 (느린 템포) - 감정 표현 추가 - 전체 루틴 반복 및 피드백 	<p>(1) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 실습 <ul style="list-style-type: none"> - 동작 훈련 ② 발표 및 토론 <ul style="list-style-type: none"> - 발표 및 피드백
	5	<p>1) 강의주제: 아다지오-알레그로 혼합 루틴 실습</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 아다지오와 알레그로의 신체적, 정서적 움직임 특성을 한 루틴 안에서 통합할 수 있다. - 속도 전환(느림 → 빠름, 빠름 → 느림) 시 중심, 정렬, 호흡이 흔들리지 않도록 조절할 수 있다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 아다지오 파트 루틴 - 알레그로 파트 루틴 - 연결 루틴 통합 훈련 - 개인 루틴 수행 및 피드백 	<p>(1) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 실습 <ul style="list-style-type: none"> - 동작 훈련 ② 발표 및 토론 <ul style="list-style-type: none"> - 발표 및 피드백
제 7 주	1	<p>1) 강의주제: 균형의 정의, 중심 이동 이론 정리</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 무용에서 말하는 '균형'의 정의와 구성 요소(정렬, 중력, 지지면 등)를 명확히 이해한다. - 정적 균형(정지 자세)과 동적 균형(움직임 중 중심 이동)의 차이를 구분할 수 있다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 균형의 3요소 - 정적 균형 vs 동적 균형 - 인간의 무게중심 위치 (골반 앞쪽 중심부 기준) - 성별, 체형, 포즈에 따른 중심 변화 	<p>(1) 수시시험</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 평가내용: 1-6주차의 수업에 대한 주요 개념 및 이해도 평가 ② 평가주차 : 7주차 실시 ③ 평가방법: 단답형 및 서술식 혼용 제출 <p>(2) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의계획서 ② 강의내용 PPT ③ 주교재 <p>(3) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(4) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의

			② 질의응답
2	<p>1) 강의주제: 벽과 바를 활용한 균형 감각 테스트</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 정렬된 자세에서 신체 중심이 벽면(혹은 바)에 어떻게 반응하는지 감각적으로 인식한다. - 벽/바를 통해 자신의 정렬 오류, 무게 이동 방향, 근육 불균형 등을 인식하고 개선한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 벽 활용 중심 테스트 - 바 활용 균형 체크 - 눈 감은 균형 테스트 - 바 없이 균형 루틴 도전 	<p>(1) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 실습 <ul style="list-style-type: none"> - 동작 훈련 	
3	<p>1) 강의주제: 균형 유지 시간 측정 및 교차 피드백</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 균형 유지 시간을 측정하여 자신의 중심 조절 능력을 구체적으로 인식한다. - 동작 정지 시 발생하는 흔들림 패턴, 무게 이동, 근육 개입을 관찰하고 분석한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1차 균형 유지 시간 측정 - 교차 피드백 활동 - 2차 균형 유지 시도 (피드백 반영) - 피드백 및 정리 활동 	<p>(1) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 실습 <ul style="list-style-type: none"> - 균형 유지 측정 <ol style="list-style-type: none"> ② 발표 및 토론 <ul style="list-style-type: none"> - 발표 및 피드백 	
4	<p>1) 강의주제: 파트너를 활용한 균형 실습</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 신체 접촉을 활용해 균형의 미세한 변화와 흔들림을 감지하는 능력을 기른다. - 파트너와의 협응을 통해 압력 조절, 반작용력, 정렬의 원리를 체험한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 상체 접촉 균형 훈련 - 동작 연결 속 중심 교정 - 짝 피드백 기반 루틴 도전 - 접촉 없이 의식적 균형 반복 	<p>(1) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 실습 <ul style="list-style-type: none"> - 동작 훈련 <ol style="list-style-type: none"> ② 발표 및 토론 <ul style="list-style-type: none"> - 발표 및 피드백 	
5	<p>1) 강의주제: 바 없는 균형 루틴 진행</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 바 없이도 중심을 스스로 조절하며 동작 루틴을 안정적으로 수행할 수 있다. - 코어와 시선, 발바닥 압력 분산 감각을 통합적으로 활용하여 정적 포즈를 유지한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 정적 포즈 유지 루틴 - 이동 기반 루틴 적용 	<p>(1) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 실습 	

		<ul style="list-style-type: none"> - 루틴 반복 및 셀프 피드백 - 동선 응용 루틴 + 피드백 정리 	<ul style="list-style-type: none"> - 동작 훈련 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백
제 8 주	1	중간고사	
	2	중간고사	
	3	중간고사	
	4	중간고사	
	5	중간고사	
제 9 주	1	<p>1) 강의주제: 회전의 원리와 피루엣의 기본 개념</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 피루엣에 적용되는 회전의 물리적 원리(축, 관성, 토크)를 이해한다. - 기본 피루엣 동작의 구성 요소(프레퍼레이션, 중심축, 시선 처리, 코어 개입)를 설명할 수 있다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 중심축(스핀 축)의 정렬 - 회전 관성의 최소화: 팔, 다리의 위치 조정 - 회전력을 만드는 토크(바닥을 밀고 도는 힘) - 시선의 역할: 스폿팅(spottng) 설명 및 효과 	<p>(1) 학습자료</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 강의 ② 질의응답
	2	<p>1) 강의주제: 피루엣 동작 나누어 실습</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 피루엣 동작을 네 단계(프레퍼레이션-이륙-회전-착지)로 나누어 이해하고 체화한다. - 각 단계별 정렬, 중심 유지, 시선, 팔과 다리의 쓰임을 분리하여 훈련한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 프레퍼레이션 & 이륙 반복 훈련 - 회전만 분리 훈련 (quarter/half turn) - 착지 단독 훈련 - 전체 루틴 통합 및 피드백 	<p>(1) 학습자료</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 실습 - 동작 훈련 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백
	3	<p>1) 강의주제: 점진적 회전 시도</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 회전을 1/4, 1/2, 3/4, 1회전 순으로 점진적으로 시도하며 자기 축 감각과 정렬 인지력을 강화한다. - 회전 각도별로 발생하는 흔들림, 무게 이동, 시선 처리를 점검하고 조정한다. <p>3) 강의세부내용</p>	<p>(1) 학습자료</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기

		<ul style="list-style-type: none"> - ¼, ½ 회전 반복 훈련 - ¾ 회전 → 1회전 진입 시도 - 반복 루틴 속 회전 강도 조절 - 루틴 통합 + 피드백 및 셀프 분석 	<p>(3) 강의방법</p> <p>① 실습</p> <ul style="list-style-type: none"> - 동작 훈련 <p>② 발표 및 토론</p> <ul style="list-style-type: none"> - 발표 및 피드백
	4	<p>1) 강의주제: 피루엣 리듬 반복 및 자세 유지 연습</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 일정한 음악 리듬에 맞춰 피루엣을 안정적으로 반복 수행할 수 있다. - 피루엣 수행 중 정렬과 중심 유지, 특히 회전 중 자세 흔들림 없이 유지하는 능력을 키운다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 리듬에 맞춘 피루엣 반복 루틴 - 자세 유지 루틴 반복 훈련 - 리듬 속 반복 피루엣 루틴 - 마무리 정리 및 개인 루틴 수행 	<p>(1) 학습자료</p> <p>① 강의내용 PPT</p> <p>② 주교재</p> <p>(2) 활용 기자재</p> <p>① 빔 프로젝터</p> <p>② PC, 화이트보드</p> <p>③ 음향기기</p> <p>(3) 강의방법</p> <p>① 실습</p> <ul style="list-style-type: none"> - 동작 훈련 <p>② 발표 및 토론</p> <ul style="list-style-type: none"> - 발표 및 피드백
	5	<p>1) 강의주제: 개별 회전 피드백 및 반복 실습</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 피루엣 수행을 개별적으로 분석하여 정렬, 중심, 회전력, 착지 등 핵심 요소의 오류를 파악한다. - 교사와 동료의 피드백을 바탕으로 나의 회전 패턴을 진단하고 반복적으로 수정한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 개별 회전 수행 (1차 관찰) - 피드백 적용하여 반복 수행 - 피드백 교차활동 (서로 교정해주기) - 반복 루틴 속 회전 안정성 강화 	<p>(1) 학습자료</p> <p>① 강의내용 PPT</p> <p>② 주교재</p> <p>(2) 활용 기자재</p> <p>① 빔 프로젝터</p> <p>② PC, 화이트보드</p> <p>③ 음향기기</p> <p>(3) 강의방법</p> <p>① 실습</p> <ul style="list-style-type: none"> - 동작 훈련 <p>② 발표 및 토론</p> <ul style="list-style-type: none"> - 발표 및 피드백
제 10 주	1	<p>1) 강의주제: 점프의 기초 이론, 그랑주떼 등 명칭 분석</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 발레에서 사용되는 기본 점프의 명칭과 어원, 정확한 정의를 이해한다. - 각 점프 동작의 출발점, 공중 동작, 착지 방식의 구조적 차이를 인지한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 지면 반작용, 무게중심 이동, 코어와 발목의 탄성력 - 발레 점프의 공통 조건 - 점프 용어 및 명칭 분석 - 그랑주떼(grand jeté) 집중 분석 	<p>(1) 학습자료</p> <p>① 강의내용 PPT</p> <p>② 주교재</p> <p>(2) 활용 기자재</p> <p>① 빔 프로젝터</p> <p>② PC, 화이트보드</p> <p>③ 음향기기</p> <p>(3) 강의방법</p> <p>① 강의</p> <p>② 질의응답</p>
	2	<p>1) 강의주제: 작은 점프에서 큰 점프로 점진적 연습</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 제자리 점프(sautés) → 이동 점프(jetés, assemblés) 순으로 점프 동작을 확장하여 수행 능 	<p>(1) 학습자료</p> <p>① 강의내용 PPT</p> <p>② 주교재</p> <p>(2) 활용 기자재</p>

		<p>력을 향상시킨다.</p> <ul style="list-style-type: none"> - 점프 높이에 따라 코어 개입, 발목 밀어내기, 착지 제어의 강도를 조절하는 감각을 익힌다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 제자리 소떼(sautés) 반복 - 중간 점프(changement, assemblé) 전환 - 대형 점프(jeté, grand jeté) 시도 - 점프 루틴 통합 및 반복 	<ul style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 실습 - 동작 훈련
	3	<p>1) 강의주제: 연속 점프 연결 훈련</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - sauté, changement, jeté, assemblé 등 다양한 점프 동작을 연속적으로 연결하며 흐름을 익힌다. - 연속 점프 속에서도 정렬 유지, 무음 착지, 발의 정확한 위치를 유지할 수 있다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 짧은 연속 루틴 반복 - 루틴 반복과 리듬 조정 - 공간 활용 점프 루틴 확장 - 최종 루틴 반복 + 자기 피드백 	<p>(1) 학습자료</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 실습 - 동작 훈련 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백
	4	<p>1) 강의주제: 공중 높이 및 착지 자세 피드백</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 점프 시 공중에서의 다리 높이, 상체 정렬, 팔 포지션 유지를 자각하고 조정할 수 있다. - 착지 시 발바닥 착지 순서, 무릎 굽힘, 고관절 정렬 유지 등 안정적 자세를 훈련한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 짧은 점프 반복 및 착지 정지 훈련 - jeté, assemblé 등 공중 포지션 확인 루틴 - 높이 비교 + 착지 반복 루틴 - 루틴 반복 + 개인 피드백 정리 	<p>(1) 학습자료</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 실습 - 동작 훈련 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백
	5	<p>1) 강의주제: 콤비네이션 응용 루틴 구성</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 기본기(플리에, 텐뒤, 포지션, 점프, 회전 등)를 활용하여 기술적으로 균형 잡힌 콤비네이션 루틴을 구성할 수 있다. - 동작의 흐름, 리듬, 방향성을 고려하여 루틴의 구조를 자연스럽게 연결할 수 있다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 짝 구성 루틴 초안 설계 - 루틴 수행 및 상호 피드백 - 루틴 수정 및 완성화 - 최종 루틴 발표 및 공유 	<p>(1) 학습자료</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 실습 - 동작 훈련 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백
제 11 주	1	<p>1) 강의주제: 콤비네이션 구성 방식과 동작 배열 전략</p>	<p>(1) 학습자료</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT

	<p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 콤비네이션을 구성할 때 고려해야 할 리듬, 방향성, 정렬, 에너지 곡선 요소를 이해한다. - 기술 난이도, 공간 활용, 테크닉 전개 방식에 따라 동작을 전략적으로 배열하는 법을 익힌다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 리듬 흐름: 빠-느림-빠 구조로 전개하면 집중도 높아짐 - 에너지 곡선: 낮은 동작(플리에 등) → 상승(텐듀/포드브라) → 폭발(점프) → 정지(포즈) - 공간 방향성: 앞→옆→뒤 / 중앙→측면 / 수평→수직 흐름 - 기술 단계 분배: 난이도 높은 동작은 앞/뒤 배치 피하기 	<p>② 주교재</p> <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의 ② 질의응답
2	<p>1) 강의주제: 3~4개 동작을 연결하는 콤비네이션 구성</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 발레 기본 동작 중 3~4개를 골라 루틴 흐름에 맞게 논리적으로 배열한다. - 동작 간 연결 시 필요한 무게중심 이동, 팔-발 타이밍, 시선 처리를 고려한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 동작 선택 및 루틴 초안 작성 - 루틴 시도 및 연결 오류 점검 - 피드백 기반 루틴 완성 - 루틴 발표 및 구성 해설 	<p>(1) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 실습 - 동작 훈련 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백
3	<p>1) 강의주제: 콤비네이션 적용 리듬 연습</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 기본 콤비네이션을 빠른 리듬/느린 리듬/불균등 리듬 등 다양한 시간적 구조로 적용할 수 있다. - 리듬이 바뀌면 어떤 동작이 강조되고, 어떻게 감정적 뉘앙스가 달라지는지를 체험한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 기본 콤비네이션 리듬 적용 실험 - 리듬 변화 루틴 구성 훈련 - 리듬 루틴 수행 및 피드백 - 리듬 감각 표현 루틴 정리 	<p>(1) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 실습 - 동작 훈련 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백
4	<p>1) 강의주제: 콤비네이션 발표 전 점검</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 발표 직전 루틴의 기억, 정렬, 연결 흐름을 재확인하고 세부적으로 다듬는다. - 루틴 속 표현 포인트, 시선, 감정 방향 등을 점검하여 발표용 퍼포먼스로 조정한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 워밍업 & 개별 루틴 셀프 리허설 	<p>(1) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - 짝 점검 & 피드백 루틴 수행 - 여행 발표 & 교사 피드백 - 최종 정리 & 발표 전략 다듬기 	<ul style="list-style-type: none"> ① 실습 - 동작 훈련 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백
	5	<p>1) 강의주제: 소그룹별 구성 동작 시연</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 무대 동선, 포메이션 변화, 시선 흐름 등을 고려한 루틴 구성을 실습한다. - 루틴 수행 중 협동 타이밍 맞춤, 군무 리듬 유지, 연결 동작 정렬을 훈련한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 그룹 구성 및 루틴 구성 - 루틴 시도 및 동선 조정 - 최종 루틴 시연 연습 - 그룹별 시연 및 피드백 	<p>(1) 학습자료</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 실습 - 동작 훈련 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백
제 12 주	1	<p>1) 강의주제: 바 테크닉과 센터워크 연결 개념 이해</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 바 훈련의 주요 목적(정렬, 안정성, 근력 형성 등)을 인식하고, 그 기술들이 센터워크에서 어떤 방식으로 활용되는지를 이해한다. - 동일한 동작을 지지 없이(센터) 수행할 때 필요한 근력, 중심 감각, 시선 처리를 체득한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 바 테크닉의 목표: 정렬, 근육 활성화, 기본기 반복 - 센터워크의 역할: 자유 상태에서 바 동작의 적용 - 전이 개념 - 동작별 대응표 제공 	<p>(1) 개별 과제물 제출</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 평가내용 : 발레 용어와 동작 개념 정리 ② 제출주차 : 12주차 <p>(2) 학습자료</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(3) 활용 기자재</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(4) 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 강의 ② 질의응답
	2	<p>1) 강의주제: 바 동작 연습 후 센터 이동 리듬 적용</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 바 동작에서 형성된 동작 리듬(빠르기, 여백, 강조점)을 센터워크 이동 중에도 유지할 수 있다. - 무게 중심 전환, 방향성 인식, 이동 중 정렬 유지를 훈련한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 바 동작 루틴 리듬 체화 - 센터 이동 루틴 전이 연습 - 바→센터 루틴 연속 연결 훈련 - 루틴 발표 및 자기 리듬 피드백 	<p>(1) 학습자료</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 실습 - 동작 훈련 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백
	3	<p>1) 강의주제: 센터 공간 활용 반복 훈련</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 센터에서의 전방, 측면, 대각선, 원형 등 다양한 	<p>(1) 학습자료</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재

		<p>방향성과 동선 유형을 체득한다.</p> <ul style="list-style-type: none"> - 동작이 단순히 제자리에서 반복되지 않고, 공간을 채우는 흐름으로 발전할 수 있다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 단일 동작의 방향 변화 반복 - 이동 중심 센터 루틴 반복 - 공간 응용 루틴 창작 훈련 - 루틴 발표 및 공간 활용 피드백 	<p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 실습 - 동작 훈련 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백
	4	<p>1) 강의주제: 표현력 포함 센터 루틴 완성도 향상</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 기존 센터 루틴에 감정, 에너지, 시선, 호흡, 정적 표현 요소를 더해 무용수 고유의 표현력을 실어낸다. - 기술(테크닉) + 표현(아티스트리)의 균형을 이루어 루틴의 완성도를 향상시킨다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 루틴 분할 감정 적용 연습 - 시선·호흡·표정 조율 훈련 - 전체 루틴 발표 & 표현 보완 - 루틴 재구성 및 표현력 강화 발표 	<p>(1) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 실습 - 동작 훈련 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백
	5	<p>1) 강의주제: 센터-바 연결된 발표 연습</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 바에서 훈련한 기본기를 센터 루틴으로 자연스럽게 전이하여 기술의 흐름을 완성한다. - 바-센터의 전환 구간(이동/시선/호흡)을 리드미컬하게 연결하여 매끄러운 무대 구성 감각을 체득한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 바 루틴 리허설 및 연결 훈련 - 센터 루틴 정비 및 발표 준비 - 전체 루틴 리허설 및 교차 피드백 - 수정 후 발표 재시연 	<p>(1) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 실습 - 동작 훈련 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백
제 13 주	1	<p>1) 강의주제: 음악적 리듬감과 신체 반응 관계 이론 학습</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 음악의 기본 리듬 요소(박자, 템포, 프레이징 등)를 이해하고 이를 바탕으로 동작의 타이밍과 흐름을 분석할 수 있다. - 신체가 리듬을 인식하고 반응하는 방식에 대한 기초 이론을 익힌다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 음악의 기본 리듬 요소 정리 - 발레에서 자주 쓰이는 리듬 유형 분석 - 신체 반응의 구조적 메커니즘 - 음악-신체 동시적 흐름의 개념 	<p>(1) 학습자료</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의내용 PPT ② 주교재 <p>(2) 활용 기자재</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기 <p>(3) 강의방법</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 강의 ② 질의응답

2	<p>1) 강의주제: 리듬에 따라 템포 변화하며 동작 조정</p> <p>2) 강의목표 - 같은 동작(예: 텐듀, 플리에, 론드장브 등)을 템포에 따라 길이, 속도, 정지 포인트 등을 조정할 수 있다. - 느림-중간-빠름의 음악 리듬에 맞추어 신체 반응 타이밍을 조절한다.</p> <p>3) 강의세부내용 - 텐듀와 플리에 속도 조절 반복 - 론드장브와 포르드브라 리듬 조정 - 템포 변화 포함 루틴 수행 - 자기 템포 루틴 설계 및 발표</p>	<p>(1) 학습자료 ① 강의내용 PPT ② 주교재</p> <p>(2) 활용 기자재 ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기</p> <p>(3) 강의방법 ① 실습 - 동작 훈련 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백</p>
3	<p>1) 강의주제: 음악에 따라 표현 감정 변화 실습</p> <p>2) 강의목표 - 같은 동작이라도 음악에 따라 감정의 결이 달라질 수 있음을 체험한다. - 음악의 리듬, 조성, 강약, 분위기(무조/단조/장조 등)를 감지하고, 그에 맞는 감정 표현을 신체에 실어낸다.</p> <p>3) 강의세부내용 - 루틴 1가지 정하고 3가지 음악 적용 - 감정 키워드 중심 즉흥 동작 훈련 - 짝 연습: 감정 전달력 점검 - 음악 감정 루틴 발표 및 총평</p>	<p>(1) 학습자료 ① 강의내용 PPT ② 주교재</p> <p>(2) 활용 기자재 ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기</p> <p>(3) 강의방법 ① 실습 - 동작 훈련 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백</p>
4	<p>1) 강의주제: 악센트에 맞춘 감정 표현 조율</p> <p>2) 강의목표 - 음악 내 리듬 악센트(강박, 약박, 불규칙 강조 등)를 감지하여 감정 표현의 타이밍을 정밀하게 조정한다. - 감정의 흐름을 강세 지점에 실어 보내거나, 또는 약박에 여운으로 표현하는 능력을 익힌다.</p> <p>3) 강의세부내용 - 짧은 루틴 반복, 악센트 위치 바꾸기 - 감정 키워드에 악센트 대응 훈련 - 감정 루틴 발표 및 타이밍 피드백 - 자유 음악 선택 후 감정 루틴 재구성</p>	<p>(1) 학습자료 ① 강의내용 PPT ② 주교재</p> <p>(2) 활용 기자재 ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기</p> <p>(3) 강의방법 ① 실습 - 동작 훈련 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백</p>
5	<p>1) 강의주제: 음악과 감정의 싱크로울 점검</p> <p>2) 강의목표 - 음악의 정서적 맥락(조성, 템포, 프레이징)과 나의 감정 표현(시선, 속도, 에너지)의 일치 여부를 인식한다. - 감정 표현의 타이밍, 강약, 여운, 라인 등을 음악 흐름과 맞춰 정리한다.</p> <p>3) 강의세부내용 - 감정 루틴 1개 선정 후 음악 싱크 분석 - 감정-음악 어긋남 포인트 수정 훈련</p>	<p>(1) 학습자료 ① 강의내용 PPT ② 주교재</p> <p>(2) 활용 기자재 ① 빔 프로젝터 ② PC, 화이트보드 ③ 음향기기</p> <p>(3) 강의방법 ① 실습 - 동작 훈련</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - 소그룹 발표 및 싱크로울 피드백 - 싱크 점검 후 루틴 재정리 및 발표 	<ul style="list-style-type: none"> - 음악 분석 ② 발표 및 토론 - 발표 및 피드백
제 14 주	1	<p>1) 강의주제: 무대에서의 시선, 이동 동선 이론</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 무대 위에서의 시선 방향 설정 원리와 감정의 흐름에 따른 시선 전환 방법을 이론적으로 이해한다. - 관객의 시선을 끌고 유지하는 시선-동선의 관계 설계 전략을 습득한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 무대 중심선(센터라인)과 시선 집중도 관계 - 시선의 기능과 감정의 방향화 - 루틴 속 시선/동선 구조 도식화 - 시선-동선 교정 시나리오 	<p>(1) 학습자료</p> <p>① 강의내용 PPT</p> <p>② 주교재</p> <p>(2) 활용 기자재</p> <p>① 빔 프로젝터</p> <p>② PC, 화이트보드</p> <p>③ 음향기기</p> <p>(3) 강의방법</p> <p>① 강의</p> <p>② 질의응답</p>
	2	<p>1) 강의주제: 무대 시선 연습 + 기본 조명 위치 시물레이션</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 무대에서 시선 처리의 방향성과 정지 포인트를 훈련한다. - 시선 + 조명이 결합할 때 생기는 무대 이미지와 감정 집중도 차이를 경험한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 시선 연습: 감정별 시선 집중 훈련 - 조명 위치 시물레이션과 시선 조정 - 시선+조명 루틴 적용 훈련 - 무대 이미지 설계 전략 정리 	<p>(1) 학습자료</p> <p>① 강의내용 PPT</p> <p>② 주교재</p> <p>(2) 활용 기자재</p> <p>① 빔 프로젝터</p> <p>② PC, 화이트보드</p> <p>③ 음향기기</p> <p>(3) 강의방법</p> <p>① 실습</p> <ul style="list-style-type: none"> - 동작 훈련 <p>② 발표 및 토론</p> <ul style="list-style-type: none"> - 발표 및 피드백
	3	<p>1) 강의주제: 무대 장면별 포지션 구성</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 무대 공간 내에서 인물의 위치가 가지는 서사적, 감정적 의미를 분석한다. - 장면의 성격(대립, 회피, 긴장, 화해 등)에 따라 포지션 구성 방식을 다양하게 설계할 수 있다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 주어진 상황에 따른 정지 포지션 구성 - 포지션 변화로 장면 감정 변화 표현 - 짧은 대사 장면의 포지션 설계 - 장면별 포지션 계획안 그리기 	<p>(1) 학습자료</p> <p>① 강의내용 PPT</p> <p>② 주교재</p> <p>(2) 활용 기자재</p> <p>① 빔 프로젝터</p> <p>② PC, 화이트보드</p> <p>③ 음향기기</p> <p>(3) 강의방법</p> <p>① 실습</p> <ul style="list-style-type: none"> - 동작 훈련 - 포지션 설계 <p>② 발표 및 토론</p> <ul style="list-style-type: none"> - 발표 및 피드백
	4	<p>1) 강의주제: 무대 동선에 따른 움직임 흐름 연습</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 동선의 방향성과 패턴(직선, 곡선, 회전 등)이 감정 전달에 어떤 영향을 미치는지를 체득한다. - 이동 중 발생하는 속도 변화, 정지 타이밍, 회전, 시선 유도 등을 통해 감정선을 설계한다. 	<p>(1) 학습자료</p> <p>① 강의내용 PPT</p> <p>② 주교재</p> <p>(2) 활용 기자재</p> <p>① 빔 프로젝터</p> <p>② PC, 화이트보드</p>

		<p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 감정 키워드에 따른 동선 흐름 연습 - 이동 중 정지 타이밍 조절 훈련 - 짧은 대사/동작 루틴과 동선 매칭 - 미니 장면 설계 및 동선 흐름 발표 	<p>③ 음향기기</p> <p>(3) 강의방법</p> <p>① 실습</p> <ul style="list-style-type: none"> - 동작 훈련 <p>② 발표 및 토론</p> <ul style="list-style-type: none"> - 발표 및 피드백 				
	5	<p>1) 강의주제: 무대 조명/시선 맞추기</p> <p>2) 강의목표</p> <ul style="list-style-type: none"> - 루틴 속 시선 정지점, 전환 지점, 감정 고조 지점에서 조명 타이밍과 일치 여부를 분석한다. - 시선이 조명과 어긋날 때 발생하는 감정 전달 오류를 직접 체험하고 수정한다. <p>3) 강의세부내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 각자 루틴 시선 정지점/전환점 점검 - 조명 위치에 따른 시선 조정 리허설 - 미니 루틴 발표 + 피드백 회전 - 조명/시선 매뉴얼화 + 최종 수정 	<p>(1) 학습자료</p> <p>① 강의내용 PPT</p> <p>② 주교재</p> <p>(2) 활용 기자재</p> <p>① 빔 프로젝터</p> <p>② PC, 화이트보드</p> <p>③ 음향기기</p> <p>(3) 강의방법</p> <p>① 실습</p> <ul style="list-style-type: none"> - 동작 훈련 <p>② 발표 및 토론</p> <ul style="list-style-type: none"> - 발표 및 피드백 				
제 15 주	1	기말고사					
	2	기말고사					
	3	기말고사					
	4	기말고사					
	5	기말고사					
5. 성적평가 방법							
중간고사	기말고사	수시평가	참여도	과제물	출결	합 계	비고
30 %	30 %	5%	5%	10%	20%	100 %	