

강 의 계 획 서

과목명	주부노래교실	강사명	정다운 (정다운)(서명또는인)
교재 & 교구	노래교실교재	출판사 & 제조사	(사)대한노래지도자협회
준비물	노래교실교재		
기대효과	백세시대에 맞춰 건강한몸과 마음으로 즐겁게 살수있도록 노래를통해서 즐거운 삶과 스트레스와 우울증에서 벗어날수있고 웃음을통해 건강한삶의질을 향상시킴으로서 즐거운 인생을 즐기고자함을 목적으로 한다		

강의계획서 작성 시 유의 사항

- ※ 2021년 교육문화프로그램 개설강좌 강의계획서는 복지관 홈페이지에 오픈됩니다. 그러므로 수강생들이 이해하기 쉽도록 작성바랍니다.
- ※ 강의계획서에 따른 주차별 교육이 진행되어야 수업으로 인정됩니다. 교육내용 순서가 바뀌거나, 교육내용이 달라질 경우 사전 강의 변경 계획서를 제출 후 수업 진행이 가능하오니 이 점 유의하여 작성 바랍니다.
- ※ 야외 수업이 필요할 경우 강의계획서에 포함되어 있어야만 야외수업 진행이 가능합니다. 강의계획서에 작성 되지 않은 야외수업은 수업으로 인정되지 않으니 참고하시어 강의계획서 작성 바랍니다.
- ※ 모든 강의는 숙련자 위주 진행이 아닌 초급(초보자, 신규자)을 기준으로 합니다. 초급수준에 맞춰 강의계획서 작성바랍니다.
- ※ 주1회 수업의 경우 16회, 주2회 수업의 경우 32회에 맞춰 강의계획서 작성 바랍니다.

교육세부내용

- 본 계획서에 근거하여 수업이 진행되므로 해당 공란에 교안(敎案)을 상세히 기록하여 주시기 바랍니다.
- 프로그램의 성격에 따라 주별 및 회기별로 기입하여 주시기 바랍니다.

주/횟수	교육목표	교육내용
1	오리엔테이션 (인사나누기)	강사소개 및 친교시간 마음의문 열기 자기소개 및 자기표현 및 커뮤니케이션
2	대인관계 형성 증진 (인간관계를 통해 본인의 성격인식과 소중함속에서 마음과 몸이 건강해진다)	공동의식과 사회성증진 회원들의 소중함과 소통의 중요성 인지. 동기부여의 웃음치료 (서울구경) 율동
3	치매, 중풍 기혈예방 및 웃음치료	치매예방 및 우울증완화와 스트레스를 해소하고 기억력과 인지력을 증진시키는 상체운동과 건강박수 신곡배우기: 고맙소 / 바램/ 노사연노래 티칭 신나는 메들리곡 부르며 마무리

주/회수	교육목	교육용
4	자신감증진 (10년 젊게살기)	신나는노래와 율동과 웃음이 있는시간 만들기 배운노래복습 신곡배우기: 쓰리랑 유지나노래 티칭
5	건강증진운동기능 증진 (노년의 삶의 질 향상) 노화로 인한 신체적질환을 예방하고 회복하게 한다	음악에 맞추어 율동과 스트레칭 배운노래 복습 (꽃바람, 바람, 매운사랑 등) (노래에 맞추어 율동) 회원들 노래자랑시간(배운노래복습) 신곡배우기 : 편이야 (영탁)노래 티칭
6	웃음을 통한 자신감증진 (웃음의 필요성과 효과)	서울구경(웃음운동,웃음율동) 배운노래복습() 신곡배우기: 신나는트로트 매들리부르며 마무리
7	3분의 짧은 노래속에 인생의 희로애락이 담겨있어 노래를 함으로서보다 건강한 감성을 유지시키고 깨우쳐준다	건강체조: 우연히노래에 맞춰율동 배운노래복습 신곡배우기: 미운사내 유지나노래티칭 신나는노래 박수치며 부르며 마무리
8	감정과 기교가 있는 발라드곡, 트로트곡 알아보고 배워보기	트르트곡 부르기 (5곡) 발라드곡 부르기 (5곡) 신곡배우기 엘리베이터 (임영웅) 건강박수(몸의독소탈기), 풍당풍당 율동
9	노래에 대한 교양을 쌓고 부르기의 요령 및 박자, 발성법을 제대로알고 부르기 (호흡법,발성법,가창법,기교법) (박자,리듬,음정,발음,감정	회원들 노래불러보기(노래자랑) 애창곡 알아보고 불러보기 배운노래복습 신곡배우기:우지마라 노래티칭 신나는노래 부르며 마무리
10	계절별노래 알아보고 불러보기 (기억력증진 창의력회복과 언어능력,인식능력향상 도움)	10월에 어울리는 노래불러보기 잊혀진계절. 옛시인의노래. 가을을 남기고간 사랑. 가을비우산속. 슬픈계절에 만나요. 코스모스 등 배운노래복습 (꽃바람,바람,매운사랑,못난내가,비익조,연모,비비각시
11	운동기능 증진 (신체적기능강화,각종질환으로 오는 신체적, 심리적치료)	웃음건강박수(고향의봄) 건강체조(최고다 당신) 배운노래복습 및 애창곡 유행하는곡 부르기 신곡배우기: 한잔해 노래 티칭
12	웃음과 건강과 노래의 3요소가 미치는 영향 (장수(건강)의 비결)	웃음의 종류와 웃는방법에 대해 알아보기 웃음다이어트방법 배워보기/배운노래 및 유행곡 부르기 웃음박수 운동(고향의봄)신곡배우기:추억의포장마차 광표노래 티칭 신나는곡 매들리 부르며 마무리 신곡배우기: 사랑받 눈물만노래 티칭 신나는곡 매들리 부르며 마무리
13	노래의 의미란 노래를 배우는 사람들의 특권 (인생의 희노애락의 축소압축)	장르별노래 선곡해서 불러보기 (신나는노래, 슬픈노래, 감미로운노래, 애절한노래등) 일소일소일노일노,소풍같은인생,시계바늘,바람 배운노래복습 신곡배우기:보랏빛엽서노래 티칭
14	겨울노래모음	계절별 노래불러보기

주/횟수	교육목(	교육) 용
	(시간과 장소에 맞추어 부를 수 있는 노래선곡	모임과 장소에 맞는노래 불러보고 율동 알아보기 배운노래 복습 신곡배우기:인생팁 현숙노래티칭
15	나의 18번곡 만들기 (애창곡 5곡 만들기)	총 배운노래 복습 불러보기 전체 웃음박수,율동 따라해보기 생활체조 율동
16	마무리 (배운노래불러보고 노래장기 자랑_)	회원들 노래장기자랑 및 다과시간

※ 강의계획서는 강사 자가 평가 및 프로그램 점검 시 이용되며, 추후 강사채용 시 재 협약에 반영됩니다.

※ 강의계획서 수정 가능.

【 서식 4 】

강 의 세 부 내 용

1. 프로그램 내용

연번	과목명	정원	강의내용	비고
1	노래교실	10명	성인가요 트로트와 발라드를 듣고 배우며 노래를 통해 마음의 힐링과 건강을 찾고자 위함이다	교재비 무료

가) 강의내용은 교육문화 사업 접수 시 홍보 및 일정표 안내, 홈페이지 공지 등의 용도로 사용 되오니 수강생 분들이 이해하기 쉽도록 작성바랍니다.

나) 재료비나 교재비가 별도로 들어가는 강좌의 경우에는 강의 과정에 맞추어 비용을 정확하게 기재하여 주시기 바랍니다.

다) 하반기 과목별 정원은 10인으로 운영합니다.(추후 변동가능)

2. 프로그램 특이사항

구분	특이사항
추천대상	40대~70대이상
난이도	상중
비추천자	남녀노소 누구나
활동내용	노래와 율동을 배우고 배운 노래를통해 음악봉사도 할 수 있고 동아리 모임을 만들어 요양원이나 소외된 지역주민들을 위한 공연도 추진