

2026 서울시 약자와의 동행 공모사업  
 느린학습자 스포츠 교실 프로그램 계획안

| 차시  | 일자       | 주제                     | 내용                     |
|-----|----------|------------------------|------------------------|
| 1차시 | 6.20.(토) | 방송댄스<br>(국민대 무용실)      | 라포형성 및 기초체력 측정, 노래 익히기 |
| 2차시 | 6.27.(토) |                        | 노래에 맞는 부분 동작 연습하기      |
| 3차시 | 7.4.(토)  |                        | 전체 동작 연습하기             |
| 4차시 | 7.11.(토) |                        | 다함께 모여 발표회             |
| 5차시 | 7.18.(토) | 자기방어 피트니스<br>(국민대 유도관) | 집중력 및 인지수업             |
| 6차시 | 7.25.(토) |                        | 편치와 킥 연습               |
| 7차시 | 8.1.(토)  |                        | 앞 구르기와 뒤 구르기           |
| 8차시 | 8.8.(토)  |                        | 방어기술 및 낙법 기술 배우기       |

□ 강 사 : 김\*\*(자기방어 피트니스)

|                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| - 수료 및 자격<br>용인대학교 경호학과, 국민대학교 체육교육 석사<br>- 이력사항<br>(현) 국민대학교 스포츠교육학과 겸임교수<br>(현) 케이짐 대표, 국민대학교 특수체육교실 '자기보호 휘트니스' 강사 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

□ 강 사 : 최\*\*(방송댄스)

|                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| - 수료 및 자격<br>상명대학교 무용학과, 국민대학교 체육학과 특수체육 박사<br>- 이력사항<br>(현) 신한대학교 K-pop학과 겸임교수, (현) 클루엔터테인먼트 대표 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|