

# 学習計画表

講座名 夜のフォークダンス

講師:(公社)日本フォークダンス連盟公認1級指導者 瀬尾重綱

回	日程		学習主題	学習内容	備考
1	6/4	月	開講式 基本動作	ゲームダンス 簡単な用語をダンスを通して学習 しましょう	開講式・オリエンテーショ ン(約30分)
2	6/18	月	基本動作とステップ	チェーンダンス(コロー) 「シングルサークル」 ギリシャ・イスラエル他	
3	7/2	月	基本ステップ 色々な体形の踊り	イスラエルの民族舞踊 ダブルサークル パートナーと踊ろう	
4	7/30	月	基本ステップ 色々な体形に挑戦しま しょう	イングリッシュカントリーダンス	
5	8/6	月	基本ステップ ワルツ	イングリッシュカントリーダンス	
6	8/20	月	基本ステップ インターナショナルダン ス	アメリカ偏 易しいラウンドダンス (ワルツその他)	
7	9/3	月	基本ステップ 世界のフォークダンス	北欧偏 カドリール ロングウェーズ	

☆ 学習時間 18時30分～20時30分

☆ 準備する物 筆記用具、水分補給用の水、体育館シューズ、汗拭き

運動ができる服装(ズボンでもいいが、フレアスカートが踊りやすい)

必要な方は、汗をかいた時の着替えの準備