

人材バンク“魅学”プログラム例記入書

登録者名(団体名) 萩原 美佐子

講座の名称	フラダンス		
講座のねらい	健康増進		
学級・講座名等 学習分野 開設テーマ	学習内容等 (具体的に)	時間数	備考 (備品等)
フラダンス	講習の流れ	2時間	CDラジカセ CD
	1 ストレッチング	(10分)	
	2 ベーシックステップ	(10分)	
	3 曲内容の説明 基本的なハワイ語のレッスン	(5分)	
	4 ダンス解説と実技	(40分)	
	5 休憩	(10分)	
	6 別曲の復習	(40分)	
	7 クールダウン	(5分)	