

학습과정명	기초전신관리실습	
■ 표준교육과정 교수요목 및 학습목표		
표준교육과정 교수요목	학습목표	
<p>전신관리의 필요성과 중요성을 이해하고, 전신의 피부에 적용하는 매뉴얼 테크닉 기본동작을 익혀 전문적으로 전신관리를 진행할 수 있도록 한다. 본 교과목은 전신미용관리의 개념 및 목적, 전신관리매뉴얼 테크닉의 기본동작, 매뉴얼 테크닉의 기본요소, 마무리단계에서 사용되는 스포 및 관리 후 처치, 관리 환경(음악, 조명, 타월매니징 등), 태도 및 매너, 관리시 주의사항, 고객응대요령, 전신미용관리의 효과에 대해 학습한다. 이를 통해 전신관리에 사용되는 기본동작을 정확하게 숙지하여 피부 상태의 보완 및 개선, 스트레스 완화, 체형관리, 부종관리, 신진대사촉진, 근육의 이완, 심신의 안정, 혈액순환 증진 등의 전신미용관리의 효과를 높일 수 있다.</p>	<p>건강하고 아름다운 신체를 위해 전신관리의 필요성과 중요성이 부각되고 있다. 본 교과목은 전신의 피부에 적용하는 전신관리의 기초단계로서 몸매상태를 파악하여 몸매관리 계획을 수립하고, 몸매 클렌징과 딥클렌징 제품을 선택하여, 피부유형에 맞게 적용하고, 전신 관리 매뉴얼 테크닉의 기본동작, 팩과 마스크, 스포와 토너 사용, 전신 관리의 금기사항에 대해 학습한다.</p> <p>이를 통해 전신관리의 효과와 기본동작을 정확하게 숙지하여 전문적으로 전신관리를 진행할 수 있도록 하고 피부 상태의 개선과 심신의 안정, 혈액순환 증진, 스트레스 완화, 체형관리 등의 전신미용관리의 효과를 높일 수 있다.</p>	

학습과정명		기초전신관리실습		
■ 주차별 수업(강의·실험·실습 등) 내용				
주별	차시	수업(강의·실험·실습 등) 내용	주교재 목차	과제 및 기타 참고사항
제 1 주	1	1) 강의주제 : 교과목 오리엔테이션 2) 강의목표 : 교과목의 수업목표, 내용 및 평가방법과 수업의 전체 진행과정을 이해한다. 3) 강의세부내용 : - 수업의 전반적인 진행방법에 대해 설명한다. - 평가요소, 과제 등을 제시한다. - 이론, 실기에 대한 수업 진행방법과 준비사항을 설명한다. 4) 수업방법 : 이론강의		
	2	1) 강의주제 : 몸매상태 파악 2) 강의목표 : 고객의 현재 몸매상태를 파악할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 몸매 분석 목적 - 몸매 분석 방법 - 고객의 현재 몸매 상태 파악하기 4) 수업방법 : 이론강의, 조별토론	Chaper1. 몸매 분석하기 P.10~11	<ul style="list-style-type: none"> 강의계획서 배부 수업진행방식 소개 출결기준, 성적평가기준 주교재 안내 PPT 강의교안 과제물주제 및 기한제시(내몸 사용설명서: 최적의 건강을 위한 전신관리법 - 12주)
	3	1) 강의주제 : 몸매 부위별 문제점(비만관리) 2) 강의목표 : 몸매 부위별 문제점과 관리법을 설명할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 비만의 정의 - 비만의 원인 - 생활습관 및 운동의 필요성 - 비만에 응용되는 아로마 오일 4) 수업방법 : 이론강의	Chaper1. 몸매 분석하기 P.11~12	<ul style="list-style-type: none"> 조별토론 (전신관리의 필요성) 기자재 (빔프로젝터, 컴퓨터, 화이트보드)
	4	1) 강의주제 : 몸매 부위별 문제점(셀룰라이트,부종,순환저하,탄력관리) 2) 강의목표 : 몸매 부위별 문제점과 관리법을 설명할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 셀룰라이트의 원인과 예방법 - 부종 관리 - 순환저하 관리 - 탄력 관리 4) 수업방법 : 이론강의, 질의응답	Chaper1. 몸매 분석하기 P.12~14	
제 2 주	1	1) 강의주제 : 몸매관리 계획 2) 강의목표 : 분석결과에 따라 몸매관리 계획을 수립할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 고객 상담을 위한 환경 조성을 학습한다. - 전신관리 시 준비사항을 학습한다.	Chaper1. 몸매 분석하기 P.14~16	<ul style="list-style-type: none"> 주교재 ppt 강의요안 롤플레이팅 (몸매관리 상담카드 작성) 동영상시청 (스포츠마사

주별	차시	수업(강의·실험·실습 등) 내용	주교재 목차	과제 및 기타 참고사항
		- 몸매관리 실행계획 설정을 학습한다. - 몸매관리 순서와 몸매관리 방법을 학습한다. 4) 수업방법 : 이론강의		
	2	1) 강의주제 : 몸매 매뉴얼 테크닉 2) 강의목표 : 몸매 매뉴얼 테크닉을 설명할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 몸매 매뉴얼 테크닉 종류를 학습한다. 4) 수업방법 : 이론강의, 동영상시청	Chaper1. 몸매 분석하기 P.16~18	
	3	1) 강의주제 : 몸매관리 상담 카드 2) 강의목표 : 몸매관리 상담 카드를 작성할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 몸매관리 상담 카드 작성에 대해 학습한다. 4) 수업방법 : 이론강의, 롤플레이	Chaper1. 몸매 분석하기 P.19~22	지) · 기자재(빔프로젝터, 컴퓨터, 화이트보드)
	4	1) 강의주제 : 몸매관리를 위한 골격계와 근육계, 림프계, 경락 2) 강의목표 : 몸매관리를 위한 해부학적 이론을 설명할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 몸매관리를 위한 골격계와 근육계, 림프계, 경락에 대해 학습한다. 4) 수업방법 : 이론강의, 질의응답	Chaper1. 몸매 분석하기 P.23~31	
제 3 주	1	1) 강의주제 : 클렌징 방법과 제품의 선택 및 클렌징 2) 강의목표 : 몸매부위별 피부유형에 맞는 클렌저를 선택하여 클렌징을 할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 몸매부위별 클렌징 전 준비사항을 학습한다. - 몸매 클렌징의 목적과 클렌징 제품에 대해 학습한다. - 몸매 클렌징의 테크닉을 학습한다. 4) 수업방법 : 이론강의, 조별토론	Chaper2. 몸매 클렌징하기 P.34~35	· 주교재 · ppt 강의요안 · 상호실습 (몸매 클렌징과 스포 및 토닉 정리) · 조별 토론 (몸매 클렌징 제품을 사용해야 하는 이유)
	2	1) 강의주제 : 스포와 토닉 2) 강의목표 : 몸매 클렌징 후 스포와 토닉으로 마무리할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 온스포 또는 냉스포에 대해 학습한다. - 토닉으로 정리하는 것에 대해 학습한다. 4) 수업방법 : 이론강의	Chaper2. 몸매 클렌징하기 P.36	· 기자재(빔프로젝터, 컴퓨터, 화이트보드)

주별	차시	수업(강의·실험·실습 등) 내용	주교재 목차	과제 및 기타 참고사항
제 4 주	3	<p>1) 강의주제 : 클렌징 방법과 제품의 선택 및 클렌징 (실습)</p> <p>2) 강의목표 : 몸매부위별 피부유형에 맞는 클렌저를 선택하여 클렌징을 할 수 있다.</p> <p>3) 강의세부내용 : - 몸매부위별 클렌징 전 준비사항을 실습한다. - 몸매 클렌징의 목적과 클렌징 제품 준비를 실습한다. - 학습된 테크닉을 바탕으로 몸매 클렌징을 실습한다.</p> <p>4) 수업방법 : 상호실습</p>	<p>Chaper2. 몸매 클렌징하기 P.34~35</p>	<ul style="list-style-type: none"> · 주교재 · ppt 강의요안 · 상호실습 (몸매 딥 클렌징제에 따른 피부 차이) · 기자재(빔프로젝터, 컴퓨터, 화이트보드)
	4	<p>1) 강의주제 : 스펀와 토닉 (실습)</p> <p>2) 강의목표 : 몸매 클렌징 후 스펀와 토닉으로 마무리할 수 있다.</p> <p>3) 강의세부내용 : - 온스펀 또는 냉스펀에 대해 실습한다. - 토닉으로 정리하는 것에 대해 실습한다.</p> <p>4) 수업방법 : 상호실습, 질의응답</p>	<p>Chaper2. 몸매 클렌징하기 P.36</p>	
	1	<p>1) 강의주제 : 딥클렌징 제품에 따른 몸매 피부 유형에 맞게 적용</p> <p>2) 강의목표 : 몸매 딥 클렌징의 종류와 특징을 설명할 수 있다.</p> <p>3) 강의세부내용 : - 딥 클렌징 제품의 목적을 학습한다. - 딥 클렌징의 물리적 방법의 종류를 학습한다. - 화학적 방법의 종류와 특징을 학습한다.</p> <p>4) 수업방법 : 이론강의</p>	<p>Chaper3. 몸매 딥 클렌징하기 P.42~43</p>	
2	<p>1) 강의주제 : 피부미용기기 및 기구를 이용 딥 클렌징 적용</p> <p>2) 강의목표 : 피부미용기기 및 기구를 이용 몸매 딥 클렌징을 할 수 있다.</p> <p>3) 강의세부내용 : 딥 클렌징을 위한 피부미용기기 및 기구의 종류와 특징을 학습한다.</p> <p>4) 수업방법 : 이론강의</p>	<p>Chaper3. 몸매 딥 클렌징하기 P.43</p>		
3	<p>1) 강의주제 : 딥 클렌징 적용 (실습)</p> <p>2) 강의목표 : 몸매 딥 클렌징을 할 수 있다.</p> <p>3) 강의세부내용 : 딥 클렌징 적용을 실습한다.</p> <p>4) 수업방법 : 상호실습</p>	<p>Chaper3. 몸매 딥 클렌징하기</p>		

주별	차시	수업(강의·실험·실습 등) 내용	주교재 목차	과제 및 기타 참고사항
	4	1) 강의주제 : 딥 클렌징 적용 (실습) 2) 강의목표 : 폼매 딥 클렌징을 할 수 있다. 3) 강의세부내용 : 딥 클렌징 적용을 실습한다. 4) 수업방법 : 상호실습	Chaper3. 폼매 딥 클렌징하기	
제 5 주	1	1) 강의주제 : 복부 상태에 따른 매뉴얼 테크닉 적용 2) 강의목표 : 복부 피부상태에 맞는 제품을 선택하여 매뉴얼테크닉을 적용할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 고객의 복부 상태에 따른 금기사항을 학습한다. - 복부 피부유형에 맞는 제품 선택에 대해 학습한다. - 복부 상태에 맞는 매뉴얼테크닉 적용하기에 대해 학습한다. 4) 수업방법 : 이론강의, 조별토론	Chaper4. 복부 관리하기 P.48~49	
	2	1) 강의주제 : 복부 매뉴얼 테크닉 구사 2) 강의목표 : 시간, 속도, 리듬, 밀착, 세기를 고려 매뉴얼테크닉을 구사할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 복부 매뉴얼테크닉에 대해 학습한다. 4) 수업방법 : 이론강의	Chaper4. 복부 관리하기 P.49~51	<ul style="list-style-type: none"> · 주교재 · ppt 강의요안 · 쪽지시험 · 상호실습 (복부 관리하기)
	3	1) 강의주제 : 복부 상태에 따른 매뉴얼 테크닉 적용 (실습) 2) 강의목표 : 복부 피부상태에 맞는 제품을 선택하여 매뉴얼테크닉을 적용할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 복부 피부유형에 맞는 제품 선택에 대해 실습한다. - 복부 상태에 맞는 매뉴얼테크닉 적용하기에 대해 실습한다. 4) 수업방법 : 상호실습	Chaper4. 복부 관리하기 P.48~49	<ul style="list-style-type: none"> · 조별토론 (학술지:복부 마사지가 복부 비만에 미치는 영향) · 유인물 (복부 경혈점) · 기자재(빔프로젝터, 컴퓨터, 화이트보드)
	4	1) 강의주제 : 복부 상태에 따른 매뉴얼 테크닉 적용 (실습) 2) 강의목표 : 시간, 속도, 리듬, 밀착, 세기를 고려 매뉴얼테크닉을 구사할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 복부 매뉴얼테크닉에 대해 실습한다. - 복부 관리하기 작업과정 실습보고서를 작성한다. 4) 수업방법 : 상호실습, 질의응답	Chaper4. 복부 관리하기 P.48~49	

주별	차시	수업(강의·실험·실습 등) 내용	주교재 목차	과제 및 기타 참고사항
제 6 주	1	1) 강의주제 : 가슴의 형태와 목적에 맞는 매뉴얼 테크닉 적용 2) 강의목표 : 가슴 피부유형에 맞는 제품을 선택하여 매뉴얼테크닉을 적용할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 고객의 가슴 관리 시 금기사항을 학습한다. - 가슴 피부유형에 맞는 제품 선택에 대해 학습한다. - 가슴 상태에 맞는 매뉴얼테크닉 적용하기에 대해 학습한다. 4) 수업방법 : 이론강의	Chaper5. 가슴 관리하기 P.58~59	
	2	1) 강의주제 : 가슴 매뉴얼 테크닉 구사 2) 강의목표 : 시간, 속도, 리듬, 밀착, 세기를 고려 가슴 매뉴얼테크닉을 구사할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 가슴 매뉴얼테크닉에 대해 학습한다. 4) 수업방법 : 이론강의	Chaper5. 가슴 관리하기 P.59~63	· 주교재 · ppt 강의요안
	3	1) 강의주제 : 가슴의 형태에 따른 매뉴얼 테크닉 적용 (실습) 2) 강의목표 : 가슴 피부유형에 맞는 제품을 선택하여 매뉴얼테크닉을 적용할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 가슴 피부유형에 맞는 제품 선택에 대해 실습한다. - 가슴 상태에 맞는 매뉴얼테크닉 적용하기에 대해 실습한다. 4) 수업방법 : 상호실습	Chaper5. 가슴 관리하기 P.58~59	· 상호실습 (가슴 관리하기) · 기자재(빔프로젝터, 컴퓨터, 화이트보드)
	4	1) 강의주제 : 가슴의 형태에 따른 매뉴얼 테크닉 적용 (실습) 2) 강의목표 : 시간, 속도, 리듬, 밀착, 세기를 고려 매뉴얼테크닉을 구사할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 가슴 매뉴얼테크닉에 대해 실습한다. - 가슴 관리하기 작업과정 실습보고서를 작성한다. 4) 수업방법 : 상호실습, 질의응답	Chaper5. 가슴 관리하기 P.59~63	
제 7 주	1	1) 강의주제 : 신체 후면의 상태에 맞는 매뉴얼 테크닉 적용 2) 강의목표 : 신체 후면의 상태를 파악하여 등 매뉴얼테크닉을 적용할 수 있다. 3) 강의세부내용 :	Chaper6. 등 관리하기 P.66~67	· 주교재 · ppt 강의요안 · 상호실습 (혈액순환 개선을 위한 제품을 사용하여 등 관리하기)

주별	차시	수업(강의·실험·실습 등) 내용	주교재 목차	과제 및 기타 참고사항
		<ul style="list-style-type: none"> - 신체 후면의 피부유형에 맞는 제품 선택에 대해 학습한다. - 신체 후면의 상태에 맞는 매뉴얼테크닉 적용하기에 대해 학습한다. 4) 수업방법 : 이론강의		
	2	1) 강의주제 : 등 매뉴얼 테크닉 구사 2) 강의목표 : 시간, 속도, 리듬, 밀착, 세기를 고려 등 매뉴얼테크닉을 구사할 수 있다. 3) 강의세부내용 : <ul style="list-style-type: none"> - 시간, 속도 등을 고려한 등 매뉴얼테크닉에 대해 학습한다. 4) 수업방법 : 이론강의	Chaper6. 등 관리하기 P.67~72	
	3	1) 강의주제 : 신체 후면의 상태에 맞는 매뉴얼 테크닉 적용 (실습) 2) 강의목표 : 신체 후면의 상태를 파악하여 등 매뉴얼테크닉을 적용할 수 있다. 3) 강의세부내용 : <ul style="list-style-type: none"> - 신체 후면의 피부유형에 맞는 제품 선택에 대해 실습한다. - 혈액순환 개선을 위한 제품 선택에 대해 실습한다. - 신체 후면의 상태에 맞는 매뉴얼테크닉 적용하기에 대해 실습한다. 4) 수업방법 : 상호실습	Chaper6. 등 관리하기 P.66~67	<ul style="list-style-type: none"> · 동영상시청 (타이마사지) · 기자재(빔프로젝터, 컴퓨터, 화이트보드)
	4	1) 강의주제 : 등 매뉴얼 테크닉 구사 (실습) 2) 강의목표 : 시간, 속도, 리듬, 밀착, 세기를 고려 등 매뉴얼테크닉을 구사할 수 있다. 3) 강의세부내용 : <ul style="list-style-type: none"> - 등 매뉴얼테크닉에 대해 실습한다. - 혈액순환 개선을 위한 제품을 사용하여 실습한다. 4) 수업방법 : 상호실습, 질의응답	Chaper6. 등 관리하기 P.67~72	
제 8 주	1 2 3 4	중간고사		
제 9 주	1	1) 강의주제 : 신체 후면의 상태에 맞는 매뉴얼 테크닉 적용 2) 강의목표 : 신체 후면의 상태를 파악하여 등 매뉴얼테크닉을 적용할 수 있다. 3) 강의세부내용 : <ul style="list-style-type: none"> - 신체 후면의 피부유형에 맞는 제품 선택에 대해 학습한다. - 신체 후면의 상태에 맞는 매뉴얼테크닉 적용하기에 대해 학습한다. 4) 수업방법 : 이론강의, 조별토론	Chaper6. 등 관리하기 P.66~67	<ul style="list-style-type: none"> · 주교재 · ppt 강의요안 · 상호실습 (아로마를 이용한 등 관리하기) · 조별토론 (신체 후면 관리 목적의 종류와 제품의 특징) · 기자재(빔프로젝터, 컴퓨터)

주별	차시	수업(강의·실험·실습 등) 내용	주교재 목차	과제 및 기타 참고사항
제 10 주	2	1) 강의주제 : 등 매뉴얼 테크닉 구사 2) 강의목표 : 시간, 속도, 리듬, 밀착, 세기를 고려 등 매뉴얼테크닉을 구사할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 시간, 속도 등을 고려한 등 매뉴얼 테크닉에 대해 학습한다. 4) 수업방법 : 이론강의	Chaper6. 등 관리하기 P.67~72	터,화이트보드)
	3	1) 강의주제 : 신체 후면의 상태에 맞는 매뉴얼 테크닉 적용 (실습) 2) 강의목표 : 신체 후면의 상태를 파악하여 등 매뉴얼테크닉을 적용할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 신체 후면의 피부유형에 맞는 제품 선택에 대해 실습한다. - 신체 후면의 상태에 맞는 매뉴얼테크닉 적용하기에 대해 실습한다. 4) 수업방법 : 상호실습	Chaper6. 등 관리하기 P.66~67	
	4	1) 강의주제 : 등 매뉴얼 테크닉 구사 (실습) 2) 강의목표 : 시간, 속도, 리듬, 밀착, 세기를 고려 등 매뉴얼테크닉을 구사할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 등 매뉴얼테크닉에 대해 실습한다. - 아로마를 이용한 등관리하기에 대해 실습한다. - 신체후면 관리하기 작업과정 실습 보고서를 작성한다. 4) 수업방법 : 상호실습, 질의응답	Chaper6. 등 관리하기 P.67~72	
	1	1) 강의주제 : 손, 팔 피부유형에 맞는 매뉴얼 테크닉 적용 2) 강의목표 : 손, 팔 피부유형에 맞는 제품을 선택하여 매뉴얼테크닉을 적용할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 손, 팔 피부유형에 맞는 제품 선택에 대해 학습한다. - 손, 팔 상태에 맞는 매뉴얼테크닉 적용하기에 대해 학습한다. 4) 수업방법 : 이론강의	Chaper7. 손, 팔 관리하기 P.74	
	2	1) 강의주제 : 손끝에서 어깨까지 매뉴얼 테크닉 구사 2) 강의목표 : 시간, 속도, 리듬, 밀착, 세기를 고려 손, 팔 매뉴얼테크닉을 구사할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 손, 팔 매뉴얼테크닉에 대해 학습한다.	Chaper7. 손, 팔 관리하기 P.75~83	· 기자재(빔프로젝터, 컴퓨터,화이트보드)

주별	차시	수업(강의·실험·실습 등) 내용	주교재 목차	과제 및 기타 참고사항
제 11 주	3	4) 수업방법 : 이론강의 1) 강의주제 : 손, 팔 피부유형에 맞는 매뉴얼 테크닉 적용 (실습) 2) 강의목표 : 손, 팔 피부유형에 맞는 제품을 선택하여 매뉴얼테크닉을 적용할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 손, 팔 피부유형에 맞는 제품 선택에 대해 실습한다. - 손, 팔 상태에 맞는 매뉴얼테크닉 적용하기에 대해 실습한다. 4) 수업방법 : 상호실습	Chaper7. 손, 팔 관리하기 P.74	
	4	1) 강의주제 : 손끝에서 어깨까지 매뉴얼 테크닉 구사 (실습) 2) 강의목표 : 시간, 속도, 리듬, 밀착, 세기를 고려 손, 팔 매뉴얼테크닉을 구사할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 손끝에서 어깨까지 매뉴얼테크닉에 대해 실습한다. - 손, 팔 관리하기 작업과정 실습보고서를 작성한다. 4) 수업방법 : 상호실습, 질의응답	Chaper7. 손, 팔 관리하기 P.75~83	
	1	1) 강의주제 : 발, 다리 피부유형에 맞는 매뉴얼 테크닉 적용 2) 강의목표 : 발, 다리 피부유형에 맞는 제품을 선택하여 매뉴얼테크닉을 적용할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 발, 다리 피부유형에 맞는 제품 선택에 대해 학습한다. - 발과 다리 상태를 파악하고 목적에 맞는 매뉴얼테크닉 적용하기에 대해 학습한다. 4) 수업방법 : 이론강의, 조별토론	Chaper8. 발, 다리 관리하기 P.86~87	· 주교재 · ppt 강의요안
2	1) 강의주제 : 발부터 둔부까지 매뉴얼 테크닉 구사 2) 강의목표 : 발부터 둔부까지 목적에 맞는 매뉴얼테크닉을 적용할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 발부터 둔부까지 매뉴얼테크닉에 대해 학습한다. 4) 수업방법 : 이론강의	Chaper8. 발, 다리 관리하기 P.87~104	· 상호실습 (손, 팔 관리하기) · 조별토론 (부종완화 스타킹의 효과) · 기자재(빔프로젝터, 컴퓨터, 화이트보드)	
3	1) 강의주제 : 발, 다리 피부유형에 맞는 매뉴얼 테크닉 적용 (실습) 2) 강의목표 : 발, 다리 피부유형에 맞는 제품을 선택하여 매뉴얼테크닉을 적용할 수 있다.	Chaper8. 발, 다리 관리하기 P.86~87		

주별	차시	수업(강의·실험·실습 등) 내용	주교재 목차	과제 및 기타 참고사항
		3) 강의세부내용 : - 발, 다리 피부유형에 맞는 제품 선택에 대해 실습한다. - 발과 다리 상태를 파악하고 목적에 맞는 매뉴얼테크닉 적용하기에 대해 실습한다. 4) 수업방법 : 상호실습		
	4	1) 강의주제 : 발부터 둔부까지 매뉴얼 테크닉 구사 (실습) 2) 강의목표 : 시간, 속도, 리듬, 밀착, 세기를 고려 발, 다리 매뉴얼테크닉을 구사할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 발부터 둔부까지 매뉴얼테크닉에 대해 실습한다. - 발, 다리 관리하기 작업과정 실습 보고서를 작성한다. 4) 수업방법 : 상호실습, 질의응답	Chaper8. 발, 다리 관리하기 P.87~104	
제 12 주	1	1) 강의주제 : 둔부 피부유형에 맞는 매뉴얼 테크닉 적용 2) 강의목표 : 둔부상태와 피부유형에 맞는 제품을 선택하여 매뉴얼테크닉을 적용할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 고객의 둔부상태 파악에 대해 학습한다. - 둔부상태와 피부유형에 맞는 제품 선택에 대해 학습한다. - 둔부관리 목적에 맞는 매뉴얼테크닉 적용하기에 대해 학습한다. 4) 수업방법 : 이론강의	Chaper9. 둔부 관리하기 P.106~107	<ul style="list-style-type: none"> · 주교재 · ppt 강의요안 · 상호실습(둔부 관리하기) · 과제물 제출 및 발표 (내뎀 사용설명서: 최적의 건강을 위한 전신관리법) · 기자재(빔프로젝터, 컴퓨터, 화이트보드)
	2	1) 강의주제 : 둔부 매뉴얼 테크닉 구사 2) 강의목표 : 둔부 매뉴얼테크닉을 적용할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 둔부 매뉴얼테크닉에 대해 학습한다. 4) 수업방법 : 이론강의	Chaper9. 둔부 관리하기 P.107~112	
	3	1) 강의주제 : 둔부 피부유형에 맞는 매뉴얼 테크닉 적용 (실습) 2) 강의목표 : 둔부상태와 피부유형에 맞는 제품을 선택하여 매뉴얼테크닉을 적용할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 고객의 둔부상태 파악에 대해 실습한다. - 둔부상태와 피부유형에 맞는 제품 선택에 대해 실습한다. - 둔부관리 목적에 맞는 매뉴얼테크닉 적용하기에 대해 실습한다.	Chaper9. 둔부 관리하기 P.106~107	

주별	차시	수업(강의·실험·실습 등) 내용	주교재 목차	과제 및 기타 참고사항
		4) 수업방법 : 상호실습		
	4	1) 강의주제 : 둔부 매뉴얼 테크닉 구사 (실습) 2) 강의목표 : 시간, 속도, 리듬, 밀착, 세기를 고려 둔부 매뉴얼테크닉을 구사할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 둔부 매뉴얼테크닉에 대해 실습한다. - 둔부 관리하기 작업과정 실습보고서를 작성한다. 4) 수업방법 : 상호실습, 질의응답	Chaper9. 둔부 관리하기 P.107~112	
제 13 주	1	1) 강의주제 : 몸매 피부유형에 따른 팩과 마스크종류 선택 2) 강의목표 : 몸매 피부유형에 따른 팩과 마스크의 종류와 목적을 설명할 수 있다. 3) 강의세부내용 : 몸매 피부유형에 따른 팩과 마스크 종류 선택하기에 대해 학습한다. 4) 수업방법 : 이론강의, 조별토론	Chaper10. 몸매 팩, 마스크하기 P.114	
	2	1) 강의주제 : 제품성질에 맞게 팩과 마스크 사용 및 제거 2) 강의목표 : 제품성질에 맞게 팩과 마스크를 사용하고 안전하게 제거할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 제품 성질에 맞게 팩과 마스크 사용에 대해 학습한다. - 관리 후 팩과 마스크를 안전하게 제거하기에 대해 학습한다. 4) 수업방법 : 이론강의	Chaper10. 몸매 팩, 마스크하기 P.115~118	· 주교재 · ppt 강의요안 · 상호실습(몸매 팩, 마스크하기) · 조별토론(미용잡지: 몸매 팩과 마스크의 종류)
	3	1) 강의주제 : 제품성질에 맞게 팩과 마스크 사용 (실습) 2) 강의목표 : 몸매 덩 클렌징을 할 수 있다. 3) 강의세부내용 : 제품 성질에 맞게 팩과 마스크 사용에 대해 학습한다. 4) 수업방법 : 상호실습	Chaper10. 몸매 팩, 마스크하기 P.114	· 동영상시청 (딸라소테라피) · 기자재(빔프로젝터, 컴퓨터, 화이트보드)
	4	1) 강의주제 : 제품성질에 맞게 팩과 마스크 사용 및 제거 (실습) 2) 강의목표 : 몸매 덩 클렌징을 할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 제품 성질에 맞게 팩과 마스크 사용에 대해 실습한다. - 관리 후 팩과 마스크를 안전하게 제거하기에 대해 실습한다.	Chaper10. 몸매 팩, 마스크하기 P.115~118	

주별	차시	수업(강의·실험·실습 등) 내용	주교재 목차	과제 및 기타 참고사항
		4) 수업방법 : 상호실습, 질의응답		
제 14 주	1	1) 강의주제 : 몸매 피부유형에 따른 기초화장품류 선택 후 적용 2) 강의목표 : 몸매관리 끝난 후 피부유형에 따라 기초화장품을 선택하여 적용할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 몸매관리 후 토닉으로 피부정리에 대해 학습한다. - 몸매 피부유형에 따른 기초화장품 선택에 대해 학습한다. - 제품선택 후 특성에 따라 적용하기에 대해 학습한다. 4) 수업방법 : 이론강의	Chaper11. 몸매관리 마무리하기 P.120	
	2	1) 강의주제 : 피부손질이 끝난 후 몸매를 가볍게 이완하기 2) 강의목표 : 피부손질이 끝난 후 몸매를 이완할 수 있다. 3) 강의세부내용 : 피부 손질이 끝난 후 몸매를 가볍게 이완하기에 대해 학습한다. 4) 수업방법 : 이론강의	Chaper11. 몸매관리 마무리하기 P.121~124	· 주교재 · ppt 강의요안 · 상호실습(몸매 이완하기)
	3	1) 강의주제 : 몸매 피부유형에 따른 기초화장품류 선택 후 적용 (실습) 2) 강의목표 : 몸매관리 끝난 후 피부유형에 따라 기초화장품을 선택하여 적용할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 몸매관리 후 토닉으로 피부정리에 대해 실습한다. - 몸매 피부유형에 따른 기초화장품 선택에 대해 실습한다. - 제품선택 후 특성에 따라 적용하기에 대해 실습한다. 4) 수업방법 : 상호실습	Chaper11. 몸매관리 마무리하기 P.120~124	· 동영상시청 (스트레칭) · 기자재(빔프로젝터, 컴퓨터, 화이트보드)
	4	1) 강의주제 : 피부손질이 끝난 후 몸매를 가볍게 이완하기 (실습) 2) 강의목표 : 피부손질이 끝난 후 몸매를 이완할 수 있다. 3) 강의세부내용 : - 피부 손질이 끝난 후 몸매를 가볍게 이완하기에 대해 실습한다. - 몸매관리 마무리하기 작업과정 실습보고서 작성에 대해 실습한다. 4) 수업방법 : 상호실습, 질의응답	Chaper11. 몸매관리 마무리하기 P.120~124	
제 15 주	1			
	2			
	3	기말고사		
	4			

