

강의계획서

강좌명	다도(사범과정): 다례를 통한 티테라피		
강사명	윤중숙	경력	계명대학교 일반대학원 문학박사(차문화전공) 현)설현차문화연구원 원장
강좌내용	- 차를 우리고 마시는 다례과정과 다양한 차문화를 통하여 무한한 창의성을 발휘하여 품격 높은 차생활 향유 - 차의 효능, 차의 유래, 6대 차류 음차, 차의 제다, 고전을 통한 차 이야기, 혼자서 차 즐기기(정서적 안정감) 등에 대한 기초과정 및 전문과정을 수업		
기대효과	- 다도를 통해 차의 정신적, 신체적 효능을 일상에서 활용 - 다도를 통하여 마음의 평화를 얻고 심리사회적 우울과 스트레스 해소 - 심화 과정을 통해 다도 문화 지도사 자격증 취득 후 다도 문화 전문가로 활동		

주	요일	시간	강의내용	담당강사	참고서적	준비물 (수업재료)
1	화	10-12	Orientation, 차의 개론-차의 역사, 차의 약리적 효능과 건강관리, 차 맛보기	윤중숙	자체제작	차,다기, 다식 등
2	화	"	6대 차류 이해, 다기의 활용	"	"	"
3	화	"	차 우리고 마시기-몸의 오감각 체험	"	"	"
4	화	"	고전에 나오는 다양한 차의 효능	"	"	"
5	화	"	면연력을 길러주는 다도	"	"	"
6	화	"	차문화 유적답사(녹차 제다 실습), 다식 만들기(차밥 만들기, 곱감쌈, 요술땅콩)	"	"	"
7	화	"	다도를 통해 자존감 높이기	"	"	"
8	화	"	개완을 이용한 티테라피	"	"	"
9	화	"	세계 3대 홍차 음다	"	"	"
10	화	"	홍차-유럽 홍차, 혼합 홍차, 향홍차	"	"	"
11	화	"	생활에 활력이 되는 차	"	"	"
12	화	"	나를 위로하는 차(오심지차)-차의 색·향·미를 통한 티테라피	"	"	"
계		24	교육 내용 및 일정은 변경될 수 있습니다. 실습 재료비(12주 6만원)			