

프로그램 운영일정

2024년 04월 / 기본형

공경재활주간보호센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	
	1 인지(전체) 한자교실(공경) 09:50~10:50(60분) 신체(전체) 음악교구- 컵타 시니어요가- 등과 척추 스트레칭(한국실버아카데미) 13:30~14:30(60분)(외)	2 인지(전체) 초성 퀴즈 (공경) 09:50~10:50(60분) 신체(전체) 당신이 좋아,백세시대/혈액순환 체조(한국실버아카데미) 13:30~14:30(60분)(외)	3 인지(전체) 같은 위치에 같은 색으로 칠하기(공경) 09:50~10:50(60분) 인지(전체) 교구- 육각도마뱀(한국실버아카데미) 13:30~14:30(60분)(외)	4 인지(전체) 같은 단어 찾기(공경) 09:50~10:50(60분) 신체(전체) 도라지타령/노들강변/강원도아리랑(한국실버아카데미) 13:30~14:30(60분)(외)	5 인지(전체) 순서대로 숫자 쓰기(공경) 09:50~10:50(60분) 신체(전체) 웃음체조-돼지토끼(한국실버아카데미) 13:30~14:30(60분)(외)	6 인지(전체) 색칠하기(공경) 09:50~10:50(60분) 신체(전체) 노래교실 (공경) 13:30~14:30(60분)	
7	8 인지(전체) 한자교실(공경) 09:50~10:50(60분) 신체(전체) 음악교구- 꽃접시, 시니어요가- 상체근육 풀어주기(한국실버아카데미) 13:30~14:30(60분)(외)	9 인지(전체) 초성 퀴즈 (공경) 09:50~10:50(60분) 신체(전체) 심오야/혈액순환 체조(한국실버아카데미) 13:30~14:30(60분)(외)	10 22대 국회의원 선거 인지(전체) 도형 그리기(공경) 09:50~10:50(60분) 인지(전체) 일상생활-이삿날이야기, 교구- 아이스 막대 (한국실버아카데미) 13:30~14:30(60분)(외)	11 인지(전체) 숨은 단어 찾기 (공경) 09:50~10:50(60분) 신체(전체) 태평기/청춘가/강원도아리랑(한국실버아카데미) 13:30~14:30(60분)(외)	12 인지(전체) 선 이어 그림 완성하기 (공경) 09:50~10:50(60분) 신체(전체) 웃음체조-아리랑 목동 (한국실버아카데미) 13:30~14:30(60분)(외)	13 인지(전체) 색칠하기(공경) 09:50~10:50(60분) 신체(전체) 노래교실 (공경) 13:30~14:30(60분)	
14	15 인지(전체) 한자교실(공경) 09:50~10:50(60분) 신체(전체) 음악교구- 빨래판, 시니어요가-앉아서 하는 유산소 운동(한국실버아카데미) 13:30~14:30(60분)(외)	16 인지(전체) 초성 퀴즈 (공경) 09:50~10:50(60분) 신체(전체) 아빠의 청춘,대지의향구/혈액순환 체조(한국실버아카데미) 13:30~14:30(60분)(외)	17 인지(전체) 선 이어 그림 완성하기 (공경) 09:50~10:50(60분) 인지(전체) 일상생활-자동차나들이, 교구- 칠교(한국실버아카데미) 13:30~14:30(60분)(외)	18 인지(전체) 같은 단어 찾기(공경) 09:50~10:50(60분) 신체(전체) 도라지타령/노들강변/강원도아리랑(한국실버아카데미) 13:30~14:30(60분)(외)	19 인지(전체) 도형 그리기(공경) 09:50~10:50(60분) 신체(전체) 웃음체조-필레꽃(한국실버아카데미) 13:30~14:30(60분)(외)	20 인지(전체) 색칠하기(공경) 09:50~10:50(60분) 신체(전체) 노래교실 (공경) 13:30~14:30(60분)	
21	22 인지(전체) 한자교실(공경) 09:50~10:50(60분) 신체(전체) 음악교구- 백엽, 시니어요가- 골반운동, 전신균형스트레칭(박쥐자세)(한국실버아카데미) 13:30~14:30(60분)(외)	23 인지(전체) 초성 퀴즈 (공경) 09:50~10:50(60분) 신체(전체) 어부바,필레꽃/혈액순환 체조(한국실버아카데미) 13:30~14:30(60분)(외)	24 인지(전체) 순서대로 숫자 쓰기(공경) 09:50~10:50(60분) 인지(전체) 일상생활-5월이야기, 교구- 부엉이 쌓기(한국실버아카데미) 13:30~14:30(60분)(외)	25 인지(전체) 숨은 단어 찾기 (공경) 09:50~10:50(60분) 신체(전체) 도라지타령/오동동타령(한국실버아카데미) 13:30~14:30(60분)(외)	26 인지(전체) 같은 위치에 같은 색으로 칠하기(공경) 09:50~10:50(60분) 신체(전체) 웃음체조-제비처럼(한국실버아카데미) 13:30~14:30(60분)(외)	27 인지(전체) 색칠하기(공경) 09:50~10:50(60분) 신체(전체) 노래교실 (공경) 13:30~14:30(60분)	
28	29 인지(전체) 한자교실(공경) 09:50~10:50(60분) 신체(전체) 음악교구,-소고 시니어요가-뇌신경,근신경 활성화, 팔다리 운동 (한국실버아카데미) 13:30~14:30(60분)(외)	30 인지(전체) 초성 퀴즈 (공경) 09:50~10:50(60분) 신체(전체) 뇌건강체조-좋아 좋아(한국실버아카데미) 13:30~14:30(60분)(외)					