

강 의 계 획 서

강 좌 명		노인 운동 통합지도자 과정				
담당강사		장 홍 근	E-mail	anwjr6060@naver.com		
교육기간		총 12주	교육시간	매주 화요일 18:30 ~ 20:30 (총 24시간)		
강좌개요 (소개)		웃음건강, 실버체조, 실버레크리에이션 등을 복지관, 경로당, 장기요양기관에서 노인운동통합강사가 되기 위한 시스템교육 및 자기계발과 자존감 회복을 위한 건강교육				
수업교재		자체ppt				
주	날짜	강의내용	강사명	사용 기자재	수강생 준비물	비고
1	3/10	교육목표안내,웃음건강지수체크, 자기소개하기	장홍근	노트북, 빔프로젝트	필기구	
2	3/17	생활웃음의 신체적효과 실버에게 미치는 웃음(신경계,내분비계)	장홍근	노트북, 빔프로젝트	필기구	
3	3/24	웃음근육훈련(하히후헤호) 치매예방효과 웃음	장홍근	노트북, 빔프로젝트	필기구	
4	3/31	여가 레크리에이션 레크리에이션(실내,실외)교육기획	장홍근	노트북, 빔프로젝트	필기구	
5	4/7	박수의 종류 감사하기,칭찬하기	장홍근	노트북, 빔프로젝트	필기구	
6	4/14	건강박수 익히기 실버체조 율동만들기	장홍근	노트북, 빔프로젝트	필기구	
7	4/21	노래활용 레크리에이션	장홍근	노트북, 빔프로젝트	필기구	
8	4/28	실버체조활용 레크율동 도구체조,레크댄스	장홍근	노트북, 빔프로젝트	필기구	백업,밴드
9	5/12	건강웃음 운동법(하루)	장홍근	노트북, 빔프로젝트	필기구	
10	5/19	인지훈련 손유희동작 익히기	장홍근	노트북, 빔프로젝트	필기구	
11	5/26	아트힐링 웃음퍼포먼스(풍성,신문지) 복지관,경로당,장기요양기관 실습	장홍근	노트북, 빔프로젝트	필기구	풍선, 신문지
12	6/2	노인운동통합 실전강의 발표하기 수료식	장홍근	노트북, 빔프로젝트	필기구	