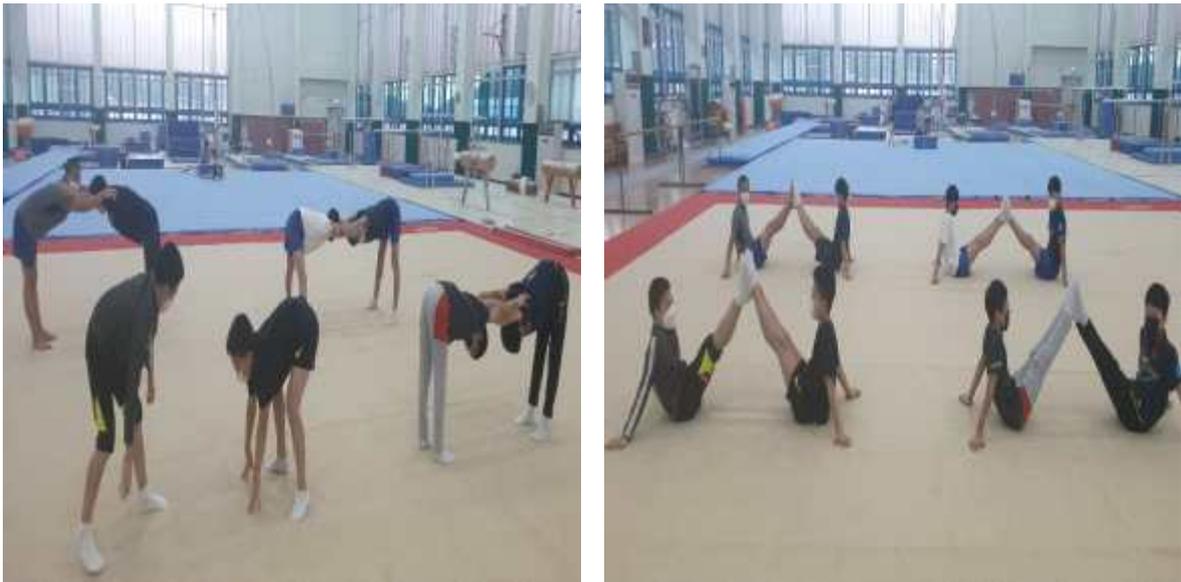


# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020년 10월 07일			수요일	17시00분 ~ 18시00분
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	리듬체조		
지도자	책임지도자 : 홍승호, 정애리				
	보조지도자 : 김병선, 김유리				
장소	전북체육고등학교 체조장				
참가자 수	13명				
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>				실시함 <input checked="" type="checkbox"/>
	- 코로나19 감염증 확산 방지를 위해 외출 자재하기				
	- 외출시 마스크 착용하고 들어와 손 세정제 사용하여 소독하기				
	- 다른 사람과 2m이상 거리두기				
	<b>수업내용</b>				
	- 유튜브 K짐스타 동영상 활용하여 맨손체조 및 스트레칭 따라하기				
- 마루운동 스타트 레벨업 1, 2 구분동작으로 따라하기					
- 마루운동 스타트 레벨업 1, 2 음악에 맞춰 전체동작 따라하기					
수업사진					
특이사항					

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020 년 10 월 7 일 수요일 17:00 ~ 18:00	
분야	여자 기계체조	
지도자	책임지도자: 정 애 리	
	보조지도자: 김 병 선	
장소	전북 체육 중'고등학교 체조장	
참가자 수	10 명	
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b> 실시함 ☑	
	- 코로나19 감염증 확산 방지를 위한 수업 전 참가자 및 종사자 발열확인	
	- 손 소독제 사용 등 방역 실시, 수업 후 장소 소독 실시(대장작성)	
	- 수업 참가자간 1~2m 거리두기, 마스크 착용 등 방역지침 준수	
	<b>수업내용: 준비운동 및 스트레칭</b>	
	놀이와 함께 흥미유발 및 준비운동	
	마루운동: KGA 1	
수업사진	평균대: 스타트레벨 123, KGA	
	스트레칭 및 정리운동	
		
특이사항		

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020년 10월 10일 토요일			12시30분 ~ 13시30분
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	리듬체조	
지도자	책임지도자 : 홍승호, 정애리			
	보조지도자 : 김병선, 김유리			
장소	전북체육고등학교 체조장			
참가자 수	13명			
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>			실시함 <input checked="" type="checkbox"/>
	- 코로나19 감염증 확산 방지를 위해 외출 자재하기			
	- 외출시 마스크 착용하고 들어와 손 세정제 사용하여 소독하기			
	- 다른 사람과 2m이상 거리두기			
	<b>수업내용</b>			
	- 유튜브 K짐스타 동영상 활용하여 맨손체조 및 스트레칭 따라하기			
- 마루운동 스타트 레벨업 1, 2 구분동작으로 따라하기				
- 마루운동 스타트 레벨업 1, 2 음악에 맞춰 전체동작 따라하기				
수업사진				
특이사항				

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020 년 10 월 10 일 토요일 12:30 ~ 13:30	
분야	여자 기계체조	
지도자	책임지도자: 정 애 리	
	보조지도자: 김 병 선	
장소	전북 체육 중'고등학교 체조장	
참가자 수	10 명	
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b> 실시함 ☑	
	- 코로나19 감염증 확산 방지를 위한 수업 전 참가자 및 종사자 발열확인	
	- 손 소독제 사용 등 방역 실시, 수업 후 장소 소독 실시(대장작성)	
	- 수업 참가자간 1~2m 거리두기, 마스크 착용 등 방역지침 준수	
	<b>수업내용: 준비운동 및 스트레칭</b>	
	놀이와 함께 흥미유발 및 준비운동	
	마루운동: 스타트 레벨12	
수업사진	도마: KGA 12.	
	스트레칭 및 정리운동	
		
특이사항		

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020년 10월 13일 화요일			17시00분 ~ 18시00분
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	리듬체조	
지도자	책임지도자 : 홍승호, 정애리			
	보조지도자 : 김병선, 김유리			
장소	전북체육고등학교 체조장			
참가자 수	13명			
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>			실시함 <input checked="" type="checkbox"/>
	- 코로나19 감염증 확산 방지를 위해 외출 자재하기			
	- 외출시 마스크 착용하고 들어와 손 세정제 사용하여 소독하기			
	- 다른 사람과 2m이상 거리두기			
	<b>수업내용</b>			
	- 유튜브 K짐스타 동영상 활용하여 맨손체조 및 스트레칭 따라하기 - 마루운동 스타트 레벨업 1, 2 구분동작으로 따라하기 - 마루운동 스타트 레벨업 1, 2 음악에 맞춰 전체동작 따라하기			
수업사진				
특이사항	10월 3일 토요일 보강 수업			

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020 년 10 월 13 일 화요일 17:00 ~ 18:00	
분야	여자 기계체조	
지도자	책임지도자: 정 애 리	
	보조지도자: 김 병 선	
장소	전북 체육 중'고등학교 체조장	
참가자 수	10 명	
수업내용	안전교육 실시여부 및 내용 <span style="float: right;">실시함 ☑</span>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 코로나19 감염증 확산 방지를 위한 수업 전 참가자 및 종사자 발열확인</li> <li>- 손 소독제 사용 등 방역 실시, 수업 후 장소 소독 실시(대장작성)</li> <li>- 수업 참가자간 1~2m 거리두기, 마스크 착용 등 방역지침 준수</li> </ul>	
	수업내용: 준비운동 및 스트레칭	
	놀이와 함께 흥미유발 및 준비운동	
	마루운동: 스타트레벨123, KGA12	
	평균대: 스타트레벨12	
	스트레칭 및 정리운동	
수업사진		
	10월 3일 토요일 보강 수업	
특이사항		

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020년 10월 14일			수요일	17시00분 ~ 18시00분
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	리듬체조		
지도자	책임지도자 : 홍승호, 정애리				
	보조지도자 : 김병선, 김유리				
장소	전북체육고등학교 체조장				
참가자 수	13명				
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>				실시함 <input checked="" type="checkbox"/>
	- 코로나19 감염증 확산 방지를 위해 외출 자재하기				
	- 외출시 마스크 착용하고 들어와 손 세정제 사용하여 소독하기				
	- 다른 사람과 2m이상 거리두기				
	<b>수업내용</b>				
	- 유튜브 K짐스타 동영상 활용하여 맨손체조 및 스트레칭 따라하기				
- 마루운동 스타트 레벨업 1, 2 구분동작으로 따라하기					
- 마루운동 스타트 레벨업 1, 2 음악에 맞춰 전체동작 따라하기					
수업사진					
특이사항					

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020 년 10 월 14 일 수요일 17:00 ~ 18:00	
분야	여자 기계체조	
지도자	책임지도자: 정 애 리	
	보조지도자: 김 병 선	
장소	전북 체육 중'고등학교 체조장	
참가자 수	10 명	
수업내용	안전교육 실시여부 및 내용 <span style="float: right;">실시함 ☑</span>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 코로나19 감염증 확산 방지를 위한 수업 전 참가자 및 종사자 발열확인</li> <li>- 손 소독제 사용 등 방역 실시, 수업 후 장소 소독 실시(대장작성)</li> <li>- 수업 참가자간 1~2m 거리두기, 마스크 착용 등 방역지침 준수</li> </ul>	
	수업내용: 준비운동 및 스트레칭	
	놀이와 함께 흥미유발 및 준비운동	
	도마: 스타트레벨123, KGA12	
	평균대: 스타트레벨123, 짝꿍 놀이	
	스트레칭 및 정리운동	
수업사진		
특이사항		

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020년 10월 17일 토요일			12시30분 ~ 13시30분
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	리듬체조	
지도자	책임지도자 : 홍승호, 정애리			
	보조지도자 : 김병선, 김유리			
장소	전북체육고등학교 체조장			
참가자 수	13명			
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>			실시함 <input checked="" type="checkbox"/>
	- 코로나19 감염증 확산 방지를 위해 외출 자재하기			
	- 외출시 마스크 착용하고 들어와 손 세정제 사용하여 소독하기			
	- 다른 사람과 2m이상 거리두기			
	<b>수업내용</b>			
	- 유튜브 K짐스타 동영상 활용하여 맨손체조 및 스트레칭 따라하기 - 마루운동 스타트 레벨업 1, 2 구분동작으로 따라하기 - 마루운동 스타트 레벨업 1, 2 음악에 맞춰 전체동작 따라하기			
수업사진				
특이사항	   			

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020 년 10 월 17 일 토요일 12:30 ~ 13:30	
분야	여자 기계체조	
지도자	책임지도자: 정 애 리	
	보조지도자: 김 병 선	
장소	전북 체육 중'고등학교 체조장	
참가자 수	10 명	
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b> 실시함 ☑	
	- 코로나19 감염증 확산 방지를 위한 수업 전 참가자 및 종사자 발열확인	
	- 손 소독제 사용 등 방역 실시, 수업 후 장소 소독 실시(대장작성)	
	- 수업 참가자간 1~2m 거리두기, 마스크 착용 등 방역지침 준수	
	<b>수업내용: 준비운동 및 스트레칭</b>	
	놀이와 함께 흥미유발 및 준비운동	
	마루운동: 스타트레벨123, KGA12	
도마: 스타트레벨12, KGA1		
스트레칭 및 정리운동		
수업사진		
특이사항		

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020년 10월 21일			수요일	17시00분 ~ 18시00분
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	리듬체조		
지도자	책임지도자 : 홍승호, 정애리				
	보조지도자 : 김병선, 김유리				
장소	전북체육고등학교 체조장				
참가자 수	13명				
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>				실시함 <input checked="" type="checkbox"/>
	- 코로나19 감염증 확산 방지를 위해 외출 자재하기				
	- 외출시 마스크 착용하고 들어와 손 세정제 사용하여 소독하기				
	- 다른 사람과 2m이상 거리두기				
	<b>수업내용</b>				
	- 유튜브 K짐스타 동영상 활용하여 맨손체조 및 스트레칭 따라하기				
- 마루운동 스타트 레벨업 1, 2 구분동작으로 따라하기					
- 마루운동 스타트 레벨업 1, 2 음악에 맞춰 전체동작 따라하기					
수업사진					
특이사항					

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020 년 10 월 21일 수요일 17:00 ~ 18:00	
분야	여자 기계체조	
지도자	책임지도자: 정 애 리	
	보조지도자: 김 병 선	
장소	전북 체육 중'고등학교 체조장	
참가자 수	10 명	
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b> 실시함 ☑	
	- 코로나19 감염증 확산 방지를 위한 수업 전 참가자 및 종사자 발열확인	
	- 손 소독제 사용 등 방역 실시, 수업 후 장소 소독 실시(대장작성)	
	- 수업 참가자간 1~2m 거리두기, 마스크 착용 등 방역지침 준수	
	<b>수업내용: 준비운동 및 스트레칭</b>	
	놀이와 함께 흥미유발 및 준비운동	
	마루운동: 스타트레벨1 2, KGA1	
평균대: 스타트레벨 123, KGA1		
스트레칭 및 정리운동		
수업사진		
특이사항		

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020년 10월 24일 토요일			12시30분 ~ 13시30분
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	리듬체조	
지도자	책임지도자 : 홍승호, 정애리			
	보조지도자 : 김병선, 김유리			
장소	전북체육고등학교 체조장			
참가자 수	13명			
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>			실시함 <input checked="" type="checkbox"/>
	- 코로나19 감염증 확산 방지를 위해 외출 자제하기			
	- 외출시 마스크 착용하고 들어와 손 세정제 사용하여 소독하기			
	- 다른 사람과 2m이상 거리두기			
	<b>수업내용</b>			
	- 유튜브 K짐스타 동영상 활용하여 맨손체조 및 스트레칭 따라하기 - 마루운동 스타트 레벨업 1, 2 구분동작으로 따라하기 - 마루운동 스타트 레벨업 1, 2 음악에 맞춰 전체동작 따라하기			
수업사진				
특이사항	   			

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020 년 10 월 24 일 토요일 12:30 ~ 13:30	
분야	여자 기계체조	
지도자	책임지도자: 정 애 리	
	보조지도자: 김 병 선	
장소	전북 체육 중'고등학교 체조장	
참가자 수	10 명	
수업내용	안전교육 실시여부 및 내용 <span style="float: right;">실시함 ☑</span>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 코로나19 감염증 확산 방지를 위한 수업 전 참가자 및 종사자 발열확인</li> <li>- 손 소독제 사용 등 방역 실시, 수업 후 장소 소독 실시(대장작성)</li> <li>- 수업 참가자간 1~2m 거리두기, 마스크 착용 등 방역지침 준수</li> </ul>	
	수업내용: 준비운동 및 스트레칭	
	놀이와 함께 흥미유발 및 준비운동	
	도마: 스타트레벨12, 평균대: 스타트레벨123	
	마루운동: 스타트레벨123, KGA1	
	스트레칭 및 정리운동	
수업사진		
	특이사항	

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020년 10월 28일			수요일	17시00분 ~ 18시00분
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	리듬체조		
지도자	책임지도자 : 홍승호, 정애리				
	보조지도자 : 김병선, 김유리				
장소	전북체육고등학교 체조장				
참가자 수	13명				
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>				실시함 <input checked="" type="checkbox"/>
	- 코로나19 감염증 확산 방지를 위해 외출 자재하기				
	- 외출시 마스크 착용하고 들어와 손 세정제 사용하여 소독하기				
	- 다른 사람과 2m이상 거리두기				
	<b>수업내용</b>				
	- 유튜브 K짐스타 동영상 활용하여 맨손체조 및 스트레칭 따라하기				
- 마루운동 스타트 레벨업 1, 2 구분동작으로 따라하기					
- 마루운동 스타트 레벨업 1, 2 음악에 맞춰 전체동작 따라하기					
수업사진					
특이사항					

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020 년 10 월 28 일 수요일 17:00 ~ 18:00	
분야	여자 기계체조	
지도자	책임지도자: 정 애 리	
	보조지도자: 김 병 선	
장소	전북 체육 중'고등학교 체조장	
참가자 수	10 명	
수업내용	안전교육 실시여부 및 내용 <span style="float: right;">실시함 ☑</span>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 코로나19 감염증 확산 방지를 위한 수업 전 참가자 및 종사자 발열확인</li> <li>- 손 소독제 사용 등 방역 실시, 수업 후 장소 소독 실시(대장작성)</li> <li>- 수업 참가자간 1~2m 거리두기, 마스크 착용 등 방역지침 준수</li> </ul>	
	수업내용: 준비운동 및 스트레칭	
	놀이와 함께 흥미유발 및 준비운동	
	평균대: 스타트레벨12	
	마루운동: 스타트레벨123, KGA1	
	스트레칭 및 정리운동	
수업사진		
특이사항		

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020년 10월 30일			금요일	17시00분 ~ 18시00분
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	리듬체조		
지도자	책임지도자 : 홍승호, 정애리				
	보조지도자 : 김병선, 김유리				
장소	전북체육고등학교 체조장				
참가자 수	13명				
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>				실시함 <input checked="" type="checkbox"/>
	- 코로나19 감염증 확산 방지를 위해 외출 자제하기				
	- 외출시 마스크 착용하고 들어와 손 세정제 사용하여 소독하기				
	- 다른 사람과 2m이상 거리두기				
	<b>수업내용</b>				
	- 유튜브 K짐스타 동영상 활용하여 맨손체조 및 스트레칭 따라하기				
- 마루운동 스타트 레벨업 1, 2 구분동작으로 따라하기					
- 마루운동 스타트 레벨업 1, 2 음악에 맞춰 전체동작 따라하기					
수업사진					
특이사항	31일 K짐스타 지도자 및 심판강습회로 사전 교육 실시				

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020 년 10 월 30 일 금요일 17:00 ~ 18:00	
분야	여자 기계체조	
지도자	책임지도자: 정 애 리	
	보조지도자: 김 병 선	
장소	전북 체육 중'고등학교 체조장	
참가자 수	10 명	
수업내용	안전교육 실시여부 및 내용 <span style="float: right;">실시함 ☑</span>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 코로나19 감염증 확산 방지를 위한 수업 전 참가자 및 종사자 발열확인</li> <li>- 손 소독제 사용 등 방역 실시, 수업 후 장소 소독 실시(대장작성)</li> <li>- 수업 참가자간 1~2m 거리두기, 마스크 착용 등 방역지침 준수</li> </ul>	
	수업내용: 준비운동 및 스트레칭	
	놀이와 함께 흥미유발 및 준비운동	
	평균대: 스타트레벨12	
	마루운동: 스타트레벨123, KGA1	
	스트레칭 및 정리운동	
수업사진		
특이사항	31일 K짐스타 지도자 및 심판강습회로 사전 교육 실시	

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020년 10월 7일			수요일	5시00분 ~ 6시00분
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	√ 리듬체조		
지도자	책임지도자 : 김유리				
	보조지도자 : 강미나				
장소	리듬 앤 핏 아카데미				
참가자 수	14명				
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>				실시함 <input checked="" type="checkbox"/>
	수업 전 지켜야 할 사항 숙지 , 손 세정 및 손 소독 실시				
	체온 체크 후, 방문일지 작성				
	수업 중 안전사고 발생에 대한 대비 및 교육				
	<b>수업내용</b>				
	달리기, 줄넘기				
	리듬체조 기본 스트레칭				
	수구 활동 (볼, 후프)				
	음악에 맞춰 작품 배우기				
근력 운동, 유연성 훈련					
수업사진					
특이사항	코로나 감염 예방을 위해, 매 주 업체를 통한 방역 실시				
	수업 전,후로 열 체크 , 손세정 및 손소독 / 방문일지 작성				
	거리두기 실시 하며, 수업 (1~2미터 간격두기)				

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020년 10월 10일 토요일			10시00분 ~ 11시00분
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	√ 리듬체조	
지도자	책임지도자 : 김유리			
	보조지도자 : 강미나			
장소	리듬 앤 핏 아카데미			
참가자 수	14명			
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>			실시함 <input checked="" type="checkbox"/>
	수업 전 지켜야 할 사항 숙지 , 손 세정 및 손 소독 실시			
	체온 체크 후, 방문일지 작성			
	수업 중 안전사고 발생에 대한 대비 및 교육			
	<b>수업내용</b>			
	줄을 이용한 스트레칭 ( 어깨, 다리 )			
	리듬체조 기본 스트레칭			
	수구 활동 (볼, 후프)			
	음악에 맞춰 작품 배우기			
근력 운동, 유연성 훈련				
수업사진				
특이사항	코로나 감염 예방을 위해, 매 주 업체를 통한 방역 실시			
	수업 전,후로 열체크 , 손 세정 및 손 소독 / 방문일지 작성			
	거리두기 실시 하며, 수업 (1~2미터 간격두기)			

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020년 10월 13일 화요일			5시00분 ~ 6시00분
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	√ 리듬체조	
지도자	책임지도자 : 김유리			
	보조지도자 : 강미나			
장소	리듬 앤 핏 아카데미			
참가자 수	14명			
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>			실시함 <input checked="" type="checkbox"/>
	수업 전 지켜야 할 사항 숙지 , 손 세정 및 손 소독 실시			
	체온 체크 후, 방문일지 작성			
	수업 중 안전사고 발생에 대한 대비 및 교육			
	<b>수업내용</b>			
	달리기, 줄넘기			
	리듬체조 기본 스트레칭			
	수구 활동 (볼, 후프)			
	음악에 맞춰 작품 배우기			
근력 운동, 유연성 훈련				
수업사진				
특이사항	코로나 감염 예방을 위해, 매 주 업체를 통한 방역 실시			
	수업 전,후로 열 체크 , 손세정 및 손소독 / 방문일지 작성			
	거리두기 실시 하며, 수업 (1~2미터 간격두기)			
	(가) *추석 연휴로 인한 수업 결손 보강 수업 실시 함			

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020년 10월 14일			수요일	17시00분 ~ 18시00분
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	√ 리듬체조		
지도자	책임지도자 : 김유리				
	보조지도자 : 강미나				
장소	리듬 앤 핏 아카데미				
참가자 수	14명				
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>				실시함 <input checked="" type="checkbox"/>
	수업 전 지켜야 할 사항 숙지 , 손 세정 및 손 소독 실시				
	체온 체크 후, 방문일지 작성				
	수업 중 안전사고 발생에 대한 대비 및 교육				
	<b>수업내용</b>				
	줄을 이용한 스트레칭 ( 어깨, 다리 )				
	리듬체조 기본 스트레칭				
	수구 활동 (볼, 후프)				
	음악에 맞춰 작품 배우기				
근력 운동, 유연성 훈련					
수업사진					
특이사항	코로나 감염 예방을 위해, 매 주 업체를 통한 방역 실시				
	수업 전,후로 열체크 , 손 세정 및 손 소독 / 방문일지 작성				
	거리두기 실시 하며, 수업 (1~2미터 간격두기)				

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020년 10월 17일 토요일			10시00분 ~ 11시00분
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	√ 리듬체조	
지도자	책임지도자 : 김유리			
	보조지도자 : 강미나			
장소	리듬 앤 핏 아카데미			
참가자 수	14명			
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>			실시함 <input checked="" type="checkbox"/>
	수업 전 지켜야 할 사항 숙지 , 손 세정 및 손 소독 실시			
	체온 체크 후, 방문일지 작성			
	수업 중 안전사고 발생에 대한 대비 및 교육			
	<b>수업내용</b>			
	달리기, 줄넘기 ( 앞으로넘기, 뒤로넘기)			
	리듬체조 기본 스트레칭			
	수구 활동 (볼, 후프)			
	음악에 맞춰 작품 배우기			
근력 운동, 유연성 훈련				
수업사진				
특이사항	코로나 감염 예방을 위해, 매 주 업체를 통한 방역 실시			
	수업 전,후로 열체크 , 손 세정 및 손 소독 / 방문일지 작성			
	거리두기 실시 하며, 수업 (1~2미터 간격두기)			

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020년 10월 21일			수요일	5시00분 ~ 6시00분
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	√ 리듬체조		
지도자	책임지도자 : 김유리				
	보조지도자 : 강미나				
장소	리듬 앤 핏 아카데미				
참가자 수	14명				
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>				실시함 <input checked="" type="checkbox"/>
	수업 전 지켜야 할 사항 숙지 , 손 세정 및 손 소독 실시				
	체온 체크 후, 방문일지 작성				
	수업 중 안전사고 발생에 대한 대비 및 교육				
	<b>수업내용</b>				
	달리기, 줄넘기 (앞으로 넘기, 뒤로 넘기 , 반접어 넘기)				
	리듬체조 기본 스트레칭 (어깨, 허리, 다리 )				
	수구 활동 (볼, 후프)				
	음악에 맞춰 작품 배우기				
근력 운동, 유연성 훈련					
수업사진					
특이사항	코로나 감염 예방을 위해, 매 주 업체를 통한 방역 실시				
	수업 전,후로 열 체크 , 손세정 및 손소독 / 방문일지 작성				
	거리두기 실시 하며, 수업 (1~2미터 간격두기)				

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020년 10월 24일 토요일			10시00분 ~ 11시00분
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	√ 리듬체조	
지도자	책임지도자 : 김유리			
	보조지도자 : 강미나			
장소	리듬 앤 핏 아카데미			
참가자 수	14명			
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>			실시함 <input checked="" type="checkbox"/>
	수업 전 지켜야 할 사항 숙지 , 손 세정 및 손 소독 실시			
	체온 체크 후, 방문일지 작성			
	수업 중 안전사고 발생에 대한 대비 및 교육			
	<b>수업내용</b>			
	줄을 이용한 스트레칭 ( 어깨, 다리 )			
	리듬체조 기본 스트레칭			
	수구 활동 (곤봉)			
	음악에 맞춰 작품 배우기			
근력 운동, 유연성 훈련				
수업사진				
특이사항	코로나 감염 예방을 위해, 매 주 업체를 통한 방역 실시			
	수업 전,후로 열체크 , 손 세정 및 손 소독 / 방문일지 작성			
	거리두기 실시 하며, 수업 (1~2미터 간격두기)			

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020년 10월 28일			수요일	5시00분 ~ 6시00분
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	√ 리듬체조		
지도자	책임지도자 : 김유리				
	보조지도자 : 강미나				
장소	리듬 앤 핏 아카데미				
참가자 수	14명				
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>				실시함 <input checked="" type="checkbox"/>
	수업 전 지켜야 할 사항 숙지 , 손 세정 및 손 소독 실시				
	체온 체크 후, 방문일지 작성				
	수업 중 안전사고 발생에 대한 대비 및 교육				
	<b>수업내용</b>				
	달리기, 줄넘기 (앞으로 넘기, 뒤로 넘기 , 반접어 넘기)				
	리듬체조 기본 스트레칭 (어깨, 허리, 다리 )				
	수구 활동 ( 볼 )				
	음악에 맞춰 작품 배우기				
근력 운동, 유연성 훈련					
수업사진					
특이사항	코로나 감염 예방을 위해, 매 주 업체를 통한 방역 실시				
	수업 전,후로 열 체크 , 손세정 및 손소독 / 방문일지 작성				
	거리두기 실시 하며, 수업 (1~2미터 간격두기)				

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2020년 10월 30일			금요일	17시00분 ~ 18시00분
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	√ 리듬체조		
지도자	책임지도자 : 김유리				
	보조지도자 : 강미나				
장소	리듬 앤 핏 아카데미				
참가자 수	14명				
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>				실시함 <input checked="" type="checkbox"/>
	수업 전 지켜야 할 사항 숙지 , 손 세정 및 손 소독 실시				
	체온 체크 후, 방문일지 작성				
	수업 중 안전사고 발생에 대한 대비 및 교육				
	<b>수업내용</b>				
	달리기 및 줄넘기 점프운동				
	리듬체조 기본 스트레칭				
	수구 활동 (곤봉)				
	음악에 맞춰 작품 배우기				
근력 운동, 유연성 훈련					
수업사진					
특이사항	코로나 감염 예방을 위해, 매 주 업체를 통한 방역 실시				
	수업 전,후로 열체크 , 손 세정 및 손 소독 / 방문일지 작성				
	거리두기 실시 하며, 수업 (1~2미터 간격두기)				
	31일 토요일 k짐 워크숍 참여로, 미리 보강 수업 진행함				