

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2021년 01월 30일 토요일 11시 00분~12시 00분		
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	리듬체조
지도자	책임지도자: 이은별		
	보조지도자: 원대연		
장소			
참가자 수	명		
수업내용	안전교육 실시여부 및 내용		실시함
	코로나19 확산으로 인한 홈트레이닝 진행		
	수업내용		
	스트레칭 및 체조(나는 대한민국 국가대표다) 본 운동 - 기초 근력운동		
수업사진			
특이사항	코로나 19 확산 방지를 위해 홈트레이닝 진행		

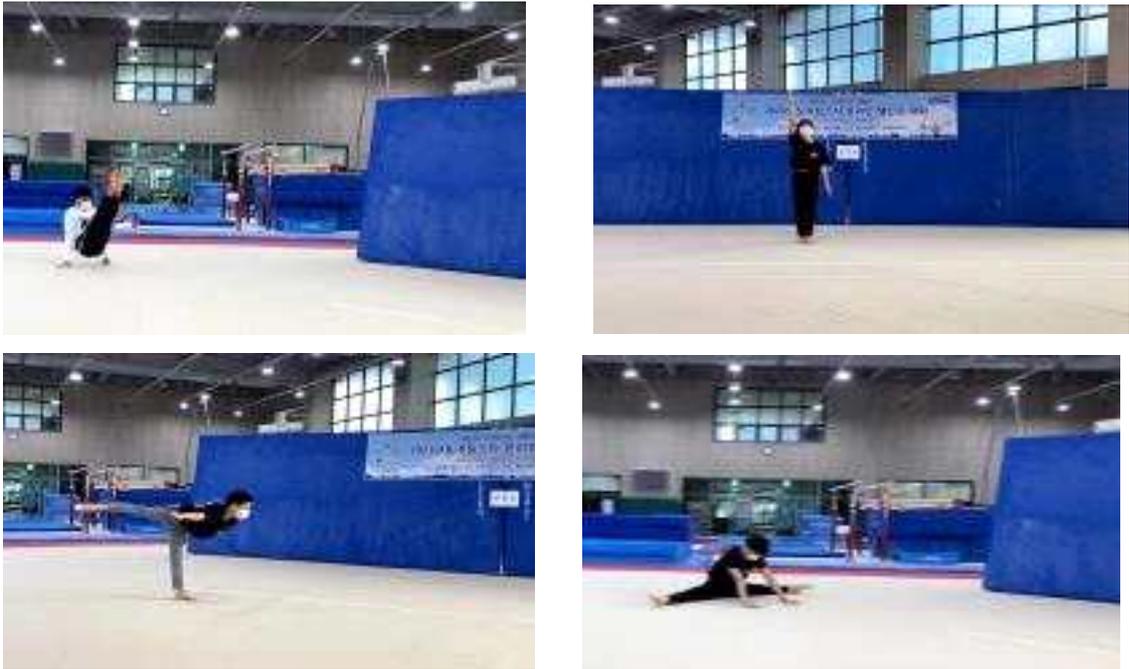
# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2021년 02월 06일 토요일 11시 00분~12시 00분		
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	리듬체조
지도자	책임지도자: 이은별		
	보조지도자: 유희섭		
장소			
참가자 수	명		
수업내용	안전교육 실시여부 및 내용		실시함
	코로나19 확산으로 인한 홈트레이닝 진행		
	수업내용		
	스트레칭 및 체조(나는 대한민국 국가대표) 본 운동 - 기초 근력운동		
수업사진	 		
특이사항	코로나 19 확산 방지를 위해 홈트레이닝 진행		

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2021년 02월 13일 토요일 11시 00분~12시 00분		
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	리듬체조
지도자	책임지도자: 이은별		
	보조지도자: 원대연		
장소			
참가자 수	명		
수업내용	안전교육 실시여부 및 내용		실시함
	코로나19 확산으로 인한 홈트레이닝 진행		
	수업내용		
	스트레칭 및 체조(나는 대한민국 국가대표) 본 운동 - 기초 근력운동		
수업사진			
특이사항	코로나 19 확산 방지를 위해 홈트레이닝 진행		

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2021년 01월 20일 토요일 11시 00분~12시 00분		
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	리듬체조
지도자	책임지도자: 이은별		
	보조지도자:		
장소			
참가자 수	7명		
수업내용	안전교육 실시여부 및 내용		실시함
	수업내용		
	- 2021년도 K짐스타 온라인 챌린지 참가자 영상 촬영 진행 KGE 1,2 / KGE 2,3 / KGE 4,5		
수업사진			
특이사항	2021년도 K짐스타 온라인 챌린지 진행(영상제출)		

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2021년 2월 2일 화요일 16시 ~ 17시		
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	
지도자	책임지도자: 이 은 별		
	보조지도자: 원 대 연, 유 희 섭		
장소	일 산 초 등 학 교 체 조 관		
참가자 수	8명		
수업내용	안전교육 실시여부 및 내용		실시함 V
	1. 런닝 스트레칭		
	2. K짐스타 레벨인증동작		
수업사진			
특이사항	체온측정 및 손 소독 실시		

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2021년 2월 4일 목요일 16시 ~ 17시		
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	
지도자	책임지도자: 이 은 별		
	보조지도자: 원 대 연, 유 희 섭		
장소	일 산 초 등 학 교 체 조 관		
참가자 수	8명		
수업내용	안전교육 실시여부 및 내용		실시함 V
	1. 런닝 스트레칭		
	2. K짐스타 레벨인증동작		
수업사진			
특이사항	체온측정 및 손 소독 실시		

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2021년 2월 9일 화요일 16시 ~ 17시		
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	
지도자	책임지도자: 이 은 별		
	보조지도자: 원 대 연, 유 희 섭		
장소	일 산 초 등 학 교 체 조 관		
참가자 수	8명		
수업내용	안전교육 실시여부 및 내용		실시함 V
	1. 런닝 스트레칭		
	2. K짐스타 레벨인증동작		
수업사진			
특이사항	체온측정 및 손 소독 실시		

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2021년 2월 16일 화요일 16시 ~ 17시		
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	
지도자	책임지도자: 이 은 별		
	보조지도자: 원 대 연, 유 희 섭		
장소	일 산 초 등 학 교 체 조 관		
참가자 수	6명		
수업내용	안전교육 실시여부 및 내용		실시함 V
	1. 런닝 스트레칭		
	2. K짐스타 레벨인증동작		
수업사진			
특이사항	체온측정 및 손 소독 실시		

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2021년 2월 18일 목요일 16시 ~ 17시		
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	
지도자	책임지도자: 이 은 별		
	보조지도자: 원 대 연, 유 희 섭		
장소	일 산 초 등 학 교 체 조 관		
참가자 수	5명		
수업내용	안전교육 실시여부 및 내용		실시함 V
	1. k 짐스타 온라인 챌린지 대회		
수업사진			
특이사항	체온측정 및 손 소독 실시		

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2021년 2월 23일 화요일			16시 ~ 17시
분야	남자 기계체조	여자 기계체조		
지도자	책임지도자: 이 은 별			
	보조지도자: 원 대 연, 유 희 섭			
장소	일 산 초 등 학 교 체 조 관			
참가자 수	7명			
수업내용	안전교육 실시여부 및 내용			실시함 V
	1. 런닝 스트레칭			
	2. K짐스타 레벨인증동작			
수업사진				
특이사항	체온측정 및 손 소독 실시			

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2021년 2월 25일 목요일 16시 ~ 17시		
분야	남자 기계체조	여자 기계체조	
지도자	책임지도자: 이 은 별		
	보조지도자: 원 대 연, 유 희 섭		
장소	일 산 초 등 학 교 체 조 관		
참가자 수	7명		
수업내용	안전교육 실시여부 및 내용		실시함 V
	1. 런닝 스트레칭		
	2. K짐스타 레벨인증동작		
수업사진			
특이사항	체온측정 및 손 소독 실시		

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2021년 1월 30일	금요일	12시 ~13
분야	리듬체조		
지도자	책임지도자: 최정현		
	보조지도자: 유희섭		
장소	몸학교		
참가자 수	10명		
수업내용	안전교육 실시여부 및 내용		실시함 <input type="checkbox"/>
	체온측정, 수업 전,후 손 소독 실시		
	건강상태 파악 후 수업 참가		
	수업내용		
	준비운동: 관절풀기, 가볍게 뛰기 등		
	본운동: 유연성 운동, 맨손 스타트, 공레벨		
	정리운동: 근력운동 및 스트레칭		
수업사진			
특이사항			

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2021년 2월 5일				금요일	18 시 ~ 19시30분	
분야	리듬체조						
지도자	책임지도자: 최정현						
	보조지도자: 유희섭						
장소	몸학교						
참가자 수	10명						
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>					실시함	<input type="checkbox"/>
	체온측정, 수업 전,후 손 소독 실시						
	건강상태 파악 후 수업 참가						
	<b>수업내용</b>						
	준비운동: 관절풀기, 가볍게 뛰기 등						
	본운동: 유연성 운동, 맨손 스타트, 공레벨, 줄레벨						
	정리운동: 근력운동 및 스트레칭						
수업사진							
특이사항							

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2021년 2월 6일 토요일 12시 ~ 13시			
분야	리듬체조			
지도자	책임지도자: 최정현			
	보조지도자: 유희섭			
장소	몸학교			
참가자 수	10명			
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>			실시함
	체온측정, 수업 전,후 손 소독 실시			
	건강상태 파악 후 수업 참가			
	<b>수업내용</b>			
	준비운동: 관절풀기, 가볍게 뛰기 등			
	본운동: 유연성 운동, 맨손 스타트, 공레벨, 줄레벨			
	정리운동: 근력운동 및 스트레칭			
수업사진				
특이사항				

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2021년 2월 13일 토요일 12시 ~ 13시				
분야	리듬체조				
지도자	책임지도자: 최정현				
	보조지도자: 유희섭				
장소	몸학교				
참가자 수	10명				
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>				실시함
	체온측정, 수업 전,후 손 소독 실시				
	건강상태 파악 후 수업 참가				
	<b>수업내용</b>				
	준비운동: 관절풀기, 가볍게 뛰기 등				
	본운동: 유연성 운동, 맨손 스타트, 공레벨, 줄레벨				
	정리운동: 근력운동 및 스트레칭				
수업사진					
특이사항					

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2021년 2월 19일 금요일 18시 ~ 19시 30분				
분야	리듬체조				
지도자	책임지도자: 최정현				
	보조지도자: 유희섭				
장소	몸학교				
참가자 수	10명				
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>				실시함
	체온측정, 수업 전,후 손 소독 실시				
	건강상태 파악 후 수업 참가				
	<b>수업내용</b>				
	준비운동: 관절풀기, 가볍게 뛰기 등				
	본운동: 개구리다리, 일자앉기, 허리재기, 점프, 레벨테스트 연습				
	정리운동: 복근, 배근 운동 및 스트레칭				
수업사진					
특이사항					

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2021년 2월 20일 토요일 12시 ~ 13시				
분야	리듬체조				
지도자	책임지도자: 최정현				
	보조지도자: 유희섭				
장소	몸학교				
참가자 수	10명				
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>				실시함
	체온측정, 수업 전,후 손 소독 실시				
	건강상태 파악 후 수업 참가				
	수업내용				
	준비운동: 관절풀기, 가볍게 뛰기 등				
	본운동: 레벨 테스트				
수업사진					
특이사항					

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2021년 2월 26일 금요일 18시 ~ 19시 30분				
분야	리듬체조				
지도자	책임지도자: 최정현				
	보조지도자: 유희섭				
장소	몸학교				
참가자 수	10명				
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>				실시함
	체온측정, 수업 전,후 손 소독 실시				
	건강상태 파악 후 수업 참가				
	<b>수업내용</b>				
	준비운동: 관절풀기, 가볍게 뛰기 등				
	본운동: 개구리다리, 일자얏기, 허리재기, 점프,				
	정리운동: 복근, 배근 운동 및 스트레칭				
수업사진					
특이사항					

# 체조 K짐스타 프로그램 및 키즈스쿨 운영사업 수업일지

일시	2021년 2월 27일 토요일 12시 ~ 13시				
분야	리듬체조				
지도자	책임지도자: 최정현				
	보조지도자: 유희섭				
장소	몸학교				
참가자 수	10명				
수업내용	<b>안전교육 실시여부 및 내용</b>				실시함
	체온측정, 수업 전,후 손 소독 실시				
	건강상태 파악 후 수업 참가				
	<b>수업내용</b>				
	준비운동: 관절풀기, 가볍게 뛰기 등				
	본운동: 공으로 각 종 굴리기				
	정리운동: 복근, 배근 운동 및 스트레칭				
수업사진					
특이사항					