

# 2023년 9월 프로그램 일정표(공생)

□ 진행시간 : 오후 15:00 ~ 16:00 □ 진행담당 : 사회복지사, 요양보호사 등 □ 진행횟수 : 주1회

| 담당                                                                                 | 사회복지사 | 시설장                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------|-------|------------------------------------------------------------------------------------|
|  |       |  |

| 요일<br>일자 | 일     | 월                                        | 화                                                        | 수                                      | 목                                   | 금                                        | 토                                    |
|----------|-------|------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------------|--------------------------------------|
|          |       |                                          |                                                          |                                        |                                     | 1                                        | 2                                    |
| 1        | 프로그램명 |                                          |                                                          |                                        |                                     | (여)박수놀이                                  | 치매예방체조                               |
|          | 대상    |                                          |                                                          |                                        |                                     | 전체어르신                                    | 전체어르신                                |
|          | 기대 효과 |                                          |                                                          |                                        |                                     | 집중력, 혈액순환건강증진                            | 친교, 스트레스 해소                          |
|          | 목표및내용 |                                          |                                                          |                                        |                                     | 노래(은하수)를 부르며 박자에 맞춰 박수를 치는 놀이로 한다.       | 체조를 통해 삶의 활력소를 얻고 건강을 도모한다.          |
| 2        | 일자    | 3                                        | 4                                                        | 5                                      | 6                                   | 7                                        | 8                                    |
|          | 프로그램명 | 건강체조·손발톱정리                               | (여)색종이위집기                                                | (인)숨은그림찾기                              | (인)다른그림찾기                           | (인)탁구공유키기                                | (가)생신잔치                              |
|          | 대상    | 전체어르신                                    | 전체어르신                                                    | 전체어르신                                  | 전체어르신                               | 전체어르신                                    | 전체어르신                                |
|          | 기대 효과 | 건강증진·손발톱위생관리                             | 소근육운동, 활력증진                                              | 시각자극, 집중력                              | 집중력, 변별력                            | 시각자극, 소근육협응                              | 친교, 스트레스 해소                          |
|          | 목표및내용 | 항·뇌 체조 동영상을 보며 자리에 앉아서 체조, 손·발톱정리를 하여본다. | 가위(2번)바위(1번)보(3번)를 하여 이기면 정한 숫자만큼 색종이를 위집어 최종 많은 쪽이 이긴다. | 그림도안에 제시된 숨은그림을 찾아 색칠한다.               | 그림도안에 제시된 같은 두 그림을 비교하여 다른곳을 표시해본다. | 계란판에 탁구공을 올려서 키치듯하며 다음줄로 옮겨본다.           | 생신을 축하하며 즐거운 시간을 가진다.                |
| 3        | 일자    | 10                                       | 11                                                       | 12                                     | 13                                  | 14                                       | 15                                   |
|          | 프로그램명 | 건강체조·손발톱정리                               | (인)협동화                                                   | 체중체크                                   | (인)색종이접기                            | (인)책읽어드리기                                | (여)건강박수                              |
|          | 대상    | 전체어르신                                    | 전체어르신                                                    | 전체어르신                                  | 전체어르신                               | 전체어르신                                    | 전체어르신                                |
|          | 기대 효과 | 건강증진·손발톱위생관리                             | 집중력, 조율력                                                 | 건강관리                                   | 집중력, 소근육협응                          | 집중력, 동작및지각                               | 혈액순환, 건강증진                           |
|          | 목표및내용 | 항·뇌 체조 동영상을 보며 자리에 앉아서 체조, 손·발톱정리를 하여본다. | 큰그림을 조각내어 각각 조각을 내고 조각그림을 이어 큰그림 맞춰 협동심을 갖는다.            | 전체 어르신 체중을 쟀다.                         | 색종이로 물고기 등 동물을 접어 완성해 본다.           | 동화책2권을 선정하여 동화구연 하며 읽어드리고 공감묘점을 이야기해 본다. | 여러 가지 박수를 익히고 순서에 따라 박자에 맞춰 따라해본다.   |
| 4        | 일자    | 17                                       | 18                                                       | 19                                     | 20                                  | 21                                       | 22                                   |
|          | 프로그램명 | 건강체조·손발톱정리                               | (여)미남미녀만들기                                               | (인)주사위놀이                               | (인)주사위인지놀이                          | (인)감정주사위놀이                               | (여)추석명절이야기                           |
|          | 대상    | 전체어르신                                    | 전체어르신                                                    | 전체어르신                                  | 전체어르신                               | 전체어르신                                    | 전체어르신                                |
|          | 기대 효과 | 건강증진·손발톱위생관리                             | 형익순환, 미용위생관리                                             | 집중력, 소근육협응                             | 수계산력, 사고력                           | 청각자극, 정서순화                               | 친교, 스트레스 해소                          |
|          | 목표및내용 | 항·뇌 체조 동영상을 보며 자리에 앉아서 체조, 손·발톱정리를 하여본다. | 얼굴팩을 해드려 여름에 지친 얼굴피부에 영양과 탄력을 준다.                        | 24개의 마분지 앞뒤면을 한사람씩 정해서 주사위던진 숫자만큼 뒤집는다 | 주사위를 2번 던져 나온 눈을 그리고 나온수를 합하여 적어본다. | 감정주사위를 던져 나온 감정퍼정을 읽고 꾸며보고 경험을 이야기한다.    | 미풍양속인 추석명절의 예전 모습이 변화되는 모습을 이야기 해본다. |
| 5        | 일자    | 24                                       | 25                                                       | 26                                     | 27                                  | 28                                       | 29                                   |
|          | 프로그램명 | 건강체조·손발톱정리                               | (여)신문지투호                                                 | (인)달력 만들기                              | (인)오징어만들기                           | (인)사물만지기                                 | (여)웃놀이                               |
|          | 대상    | 전체어르신                                    | 전체어르신                                                    | 전체어르신                                  | 전체어르신                               | 전체어르신                                    | 전체어르신                                |
|          | 기대 효과 | 건강증진·손발톱위생관리                             | 거리지각, 활력강 증진                                             | 사고·표현, 소근육협응                           | 조율력, 소근육협응                          | 촉각 자극, 회상력                               | 신체활력증진                               |
|          | 목표및내용 | 항·뇌 체조 동영상을 보며 자리에 앉아서 체조, 손·발톱정리를 하여본다. | 팀을 나누고 신문지 막대를 던져 통해 최대한 많이 넣어 승리한다.                     | 10월달력을 색칠하고 여러색 상을 사용하여 완성하여본다.        | 새종이를 오리고 붙여 귀여운 오징어를 만들어본다.         | 사물의 특성을 만져보며 그 느낌을 표현 해 본다.              | 웃을 던져 나온 결과의 이름을 맞춰보고 명절의 분위기를 느낀다.  |
| 6        | 일자    | 30                                       |                                                          |                                        |                                     |                                          |                                      |
|          | 프로그램명 | 건강체조·손발톱정리                               |                                                          |                                        |                                     |                                          |                                      |
|          | 대상    | 전체어르신                                    |                                                          |                                        |                                     |                                          |                                      |
|          | 기대 효과 | 건강증진·손발톱위생관리                             |                                                          |                                        |                                     |                                          |                                      |
|          | 목표및내용 | 항·뇌 체조 동영상을 보며 자리에 앉아서 체조, 손·발톱정리를 하여본다. |                                                          |                                        |                                     |                                          |                                      |

※프로그램 일정은 사정에 따라 변경 될 수 있습니다.(인지 주3회, 여가 주1회, 가족지지 분기1회)