

프로그램 운영일정

2026년 09월 / 기본형

학교데이케어센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
		1 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:20(20분) 인지기능 (전체) 인지강화 신체 게임(색판 뒤집기) [인지] 10:20~11:20(60분) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:20(20분) 맞춤형인지 (전체) 인지교구블럭(단추 블록) [인지] 14:20~15:20(60분)(외)	2 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:20(20분) 인지기능 (전체) 인지 학습 프로그램(물건 정리하기) [인지] 10:20~11:20(60분) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:20(20분) 맞춤형인지 (전체) 컵난타 [인지] 14:20~15:20(60분)(외)	3 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:20(20분) 맞춤형인지 (전체) 오감테라피(멋쟁이 카우보이) [인지] 10:20~11:20(60분)(외) 신체기능 (전체) 건강죽옥&뷰티케어 [신체] 13:45~15:20(95분) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:20(20분)	4 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:20(20분) 맞춤형인지 (전체) 전래동화(빨간주머니) [인지] 10:20~11:20(60분)(외) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:20(20분) 인지기능 (전체) 인지강화 신체 게임(우산 링 던지기) [인지] 14:20~15:20(60분)	5 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 인지 학습 프로그램(가을이 오면) [인지] 10:30~11:30(60분) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:30(30분)
6	7 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:20(20분) 맞춤형인지 (전체) 인지 미술(가을 수화) [인지] 10:20~11:20(60분)(외) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:20(20분) 인지기능 (전체) 학교노래교실 [인지] 14:20~15:20(60분)	8 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:20(20분) 인지기능 (전체) 인지강화 신체 게임 [인지] 10:20~11:20(60분) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:20(20분) 맞춤형인지 (전체) 인지교구블럭(눈꽃송이 블록) [인지] 14:20~15:20(60분)(외)	9 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:20(20분) 인지기능 (전체) 인지 학습 프로그램(화투 계산하기) [인지] 10:20~11:20(60분) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:20(20분) 맞춤형인지 (전체) 컵난타 [인지] 14:20~15:20(60분)(외)	10 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:20(20분) 맞춤형인지 (전체) 오감테라피(알록달록 사계절나무) [인지] 10:20~11:20(60분)(외) 신체기능 (전체) 건강죽옥&뷰티케어 [신체] 13:45~15:20(95분) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:20(20분)	11 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:20(20분) 맞춤형인지 (전체) 전래동화(피많은 아이) [인지] 10:20~11:20(60분)(외) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:20(20분) 인지기능 (전체) 인지강화 신체 게임 [인지] 14:20~15:20(60분)	12 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 인지 학습 프로그램(환절기 건강) [인지] 10:30~11:30(60분) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:30(30분)
13	14 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:20(20분) 맞춤형인지 (전체) 인지 미술(꽃무늬) [인지] 10:20~11:20(60분)(외) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:20(20분) 인지기능 (전체) 학교노래교실 [인지] 14:20~15:20(60분)	15 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:20(20분) 인지기능 (전체) 인지강화 신체 게임 [인지] 10:20~11:20(60분) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:20(20분) 맞춤형인지 (전체) 인지교구블럭(푸쉬팝) [인지] 14:20~15:20(60분)(외)	16 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:20(20분) 사회적응 (전체) 사회적응 훈련(짝궁 소개하기) [사회] 10:30~11:30(60분) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:20(20분) 맞춤형인지 (전체) 컵난타 [인지] 14:20~15:20(60분)(외)	17 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:20(20분) 맞춤형인지 (전체) 오감테라피(내가 만든 전) [인지] 10:20~11:20(60분)(외) 신체기능 (전체) 건강죽옥&뷰티케어 [신체] 13:45~15:20(95분) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:20(20분)	18 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:20(20분) 맞춤형인지 (전체) 전래동화(선녀와 나뭇꾼) [인지] 10:20~11:20(60분)(외) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:20(20분) 인지기능 (전체) 인지강화 신체 게임 [인지] 14:20~15:20(60분)	19 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 인지 학습 프로그램(전통가옥 퍼즐) [인지] 10:30~11:30(60분) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:30(30분)

20	21 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:20(20분) 맞춤형인지 (전체) 인지 미술(추석풍경) [인지] 10:20~11:20(60분)(외) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:20(20분) 인지기능 (전체) 학교노래교실 [인지] 14:20~15:20(60분)	22 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:20(20분) 인지기능 (전체) 인지강화 신체게임 [인지] 10:20~11:20(60분) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:20(20분) 맞춤형인지 (전체) 인지교구블럭(패턴구슬) [인지] 14:20~15:20(60분)(외)	23 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:20(20분) 인지기능 (전체) 인지학습 프로그램(신발신기) [인지] 10:20~11:20(60분) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:20(20분) 맞춤형인지 (전체) 컵난타 [인지] 14:20~15:20(60분)(외)	24 추석 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:20(20분) 인지기능 (전체) 인지학습 프로그램(송편만들기) [인지] 10:20~11:20(60분) 신체기능 (전체) 건강즉독&뷰티케어 [신체] 13:45~15:20(95분) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:20(20분)	25 추석	26 추석
27	28 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:20(20분) 맞춤형인지 (전체) 인지 미술(허수아비) [인지] 10:20~11:20(60분)(외) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:20(20분) 인지기능 (전체) 학교노래교실 [인지] 14:20~15:20(60분)	29 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:20(20분) 인지기능 (전체) 인지강화 신체게임 [인지] 10:20~11:20(60분) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:20(20분) 맞춤형인지 (전체) 오감테라피 [인지] 14:20~15:20(60분)(외)	30 신체기능 (전체) 실버건강체조 [신체] 10:00~10:20(20분) 인지기능 (전체) 인지학습 프로그램(협동화 달력만들기) [인지] 10:20~11:20(60분) 신체기능 (전체) 인지향상체조 [신체] 14:00~14:20(20분) 맞춤형인지 (전체) 컵난타 [인지] 14:20~15:20(60분)(외)			