

# 프로그램 운영일정

2024년 03월 / 기본형

수성실버복지센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

| 일요일       | 월요일                                                                                                                                                                                            | 화요일                                                                                                                                                                                          | 수요일                                                                                                                                                                                               | 목요일                                                                                                                                                                                                 | 금요일                                                                                                                                                                                     | 토요일                                                                                                                                                                                   |
|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|           |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                     | <b>1 삼일절</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 색종이 모자이크<br>10:50~11:50(60분)<br><b>인지(전체)</b> 인지교재<br>14:00~15:00(60분)<br><b>신체(전체)</b> 윗놀이<br>15:00~16:00(60분) | <b>2</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 선택형인지<br>10:50~11:50(60분)<br><b>인지(전체)</b> 인지교재<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 노래따라부르기<br>15:00~16:00(60분)  |
| <b>3</b>  | <b>4</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 선택형인지<br>10:50~11:50(60분)<br><b>신체(전체)</b> 테이블공던지기<br>14:00~15:00(60분)<br><b>신체(전체)</b> 맞춤형p/g-행복체조<br>15:00~16:00(60분)(외) | <b>5</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 선택형인지<br>10:50~11:50(60분)<br><b>인지(전체)</b> 인지교재<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 맞춤형p/g-백업<br>15:00~16:00(60분)(외)    | <b>6</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 숙답맞추기<br>10:50~11:50(60분)<br><b>인지(전체)</b> 인지교재<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 맞춤형p/g-경칩<br>15:00~16:00(60분)(외)         | <b>7</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 선택형인지<br>10:50~11:50(60분)<br><b>인지(전체)</b> 인지교재<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 맞춤형p/g-행복한<br>우물가<br>15:00~16:00(60분)(외)   | <b>8</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 선택형인지<br>10:50~11:50(60분)<br><b>인지(전체)</b> 인지교재<br>14:00~15:00(60분)<br><b>신체(전체)</b> 윗놀이<br>15:00~16:00(60분)        | <b>9</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 시계보기<br>10:50~11:50(60분)<br><b>인지(전체)</b> 인지교재<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 노래따라부르기<br>15:00~16:00(60분)   |
| <b>10</b> | <b>11</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 선택형인지<br>10:50~11:50(60분)<br><b>신체(전체)</b> 고리던지기<br>14:00~15:00(60분)<br><b>신체(전체)</b> 맞춤형p/g-두뇌체조<br>15:00~16:00(60분)(외)  | <b>12</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 선택형인지<br>10:50~11:50(60분)<br><b>인지(전체)</b> 인지교재<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 맞춤형p/g-공<br>15:00~16:00(60분)(외)    | <b>13</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 선택형인지<br>10:50~11:50(60분)<br><b>인지(전체)</b> 인지교재<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 맞춤형p/g-거북이<br>화분<br>15:00~16:00(60분)(외) | <b>14</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 선택형인지<br>10:50~11:50(60분)<br><b>인지(전체)</b> 인지교재<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 맞춤형p/g-무지개<br>고리걸기<br>15:00~16:00(60분)(외) | <b>15</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 선택형인지<br>10:50~11:50(60분)<br><b>인지(전체)</b> 인지교재<br>14:00~15:00(60분)<br><b>신체(전체)</b> 윗놀이<br>15:00~16:00(60분)       | <b>16</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 종이접기<br>10:50~11:50(60분)<br><b>인지(전체)</b> 인지교재<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 노래따라부르기<br>15:00~16:00(60분)  |
| <b>17</b> | <b>18</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 선택형인지<br>10:50~11:50(60분)<br><b>신체(전체)</b> 다트게임<br>14:00~15:00(60분)<br><b>신체(전체)</b> 맞춤형p/g-운동체조<br>15:00~16:00(60분)(외)   | <b>19</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 선택형인지<br>10:50~11:50(60분)<br><b>인지(전체)</b> 인지교재<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 맞춤형p/g-마라카스<br>15:00~16:00(60분)(외) | <b>20</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 선택형인지<br>10:50~11:50(60분)<br><b>인지(전체)</b> 인지교재<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 맞춤형p/g-돈나무<br>15:00~16:00(60분)(외)       | <b>21</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 선택형인지<br>10:50~11:50(60분)<br><b>인지(전체)</b> 인지교재<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 맞춤형p/g-미끄럼<br>틀 타기<br>15:00~16:00(60분)(외) | <b>22</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 선택형인지<br>10:50~11:50(60분)<br><b>인지(전체)</b> 인지교재<br>14:00~15:00(60분)<br>15:00~16:00(60분)                            | <b>23</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 면봉으로 물감찍기<br>10:50~11:50(60분)<br><b>인지(전체)</b> 인지교재<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 윗놀이<br>15:00~16:00(60분) |

|    |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                  |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 24 | 25<br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 선택형인지<br>10:50~11:50(60분)<br><b>신체(전체)</b> 미니볼링<br>14:00~15:00(60분)<br><b>신체(전체)</b> 맞춤형p/g-건강체조<br>15:00~16:00(60분)(외) | 26<br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 선택형인지<br>10:50~11:50(60분)<br><b>인지(전체)</b> 인지교재<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 맞춤형p/g-접시<br>15:00~16:00(60분)(외) | 27<br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 선택형인지<br>10:50~11:50(60분)<br><b>인지(전체)</b> 인지교재<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 맞춤형p/g-자개장<br>통<br>15:00~16:00(60분)(외) | 28<br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 선택형인지<br>10:50~11:50(60분)<br><b>인지(전체)</b> 인지교재<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 맞춤형p/g-색깔컵<br>뉘시<br>15:00~16:00(60분)(외) | 29<br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 선택형인지<br>10:50~11:50(60분)<br><b>사회(전체)</b> 시장놀이<br>14:00~15:00(60분)<br><b>신체(전체)</b> 윗놀이<br>15:00~16:00(60분) | 30<br><b>신체(전체)</b> 실버체조<br>09:30~10:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 오리기&붙이기<br>10:50~11:50(60분)<br><b>인지(전체)</b> 인지교재<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 노래따라부르기<br>15:00~16:00(60분) |
| 31 |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                  |