

2021. 은평 교육콘텐츠 연계사업 신청서

단체/개인명	윤미숙				
신청자명	윤미숙		직위(급)	강사	
콘텐츠사업 참여구분	신규 <input checked="" type="checkbox"/>	단체 <input type="checkbox"/>	※신규: 19~20년도 교육콘텐츠사업 미승인		
	기존 <input type="checkbox"/>	개인 <input checked="" type="checkbox"/>	※기존: 19~20년도 교육콘텐츠사업 승인 및 (미)연계		
아동·청소년 교육활동 경력 여부 (V표시)	※ 학교(학교 제외 포함) 에서 수업 진행한 경우				
	2018년 V	2019년	2020년	교육활동장소 (모두 기재)	학교
유선전화	-		휴대전화	010-2720-8892	
이메일	yinxing@hanmail.net				
단체/개인 주소	서울시 은평구				
2020년도 교육이수현황 <small>*은평미술방과후지원센터 주최</small>	필수	학교안전교육 : 심폐소생술&응급처치교육 <input type="checkbox"/> 성폭력예방교육 <input type="checkbox"/>			
	심화	온라인클래스플랫폼 교육(구글클래스/줌/저작권) <input type="checkbox"/>			
	교육이수자	-			
신청 프로그램명				사 업 비	
밴드스트레칭&요가				80,000원	
온라인수업 가능 여부	가능 <input checked="" type="checkbox"/>				

2021. 은평 교육콘텐츠 연계사업 프로그램 계획서

프로그램명	밴드스트레칭&요가										
교육콘텐츠 안내											
사업영역 ※ 해당영역 1개만 (V표시)	문화예술체육	진로체험활동	인성심리정서	창의과학융합	마을탐방	온라인 수업 가능여부 (V표시)			V		
사업목적	청소년이 요가스트레칭을 통해서 심성교육과 비만탈출을 위한 체력강화에 그 목적이 있음.										
사업기간	2021 . 03 . 03 . ~ 2021 . 12 . 31 .						총 (2)회 진행 / 주(1-2)회				
사업대상 (V표시)	유치원	초	중	고	회기별 인원	최소(10)명 ~최대(26)명					
	V	V	V	V							
활동분야 (V표시)	교과과정연계형		V	활동장소 (V표시)	교내	V	활동기간 (V표시)	학기중	V		
	창의체험 활동										
	평일 방과 후 활동		V		교외				방학중	V	
	주말 방과 후 활동										
사 업 비	금80,000원(금팔만원)										
기대효과	- 즐거운 체육(스트레칭&요가)활동으로 청소년 유대강화.										
프로그램 운영 시 충족되어야 할 조건	- 활동장소: 실내체육관										

[제02호 서식] 단체(개인) 계획서

프로그램 내용			
프로그램명	밴드스트레칭&요가		
회기	세부 추진내용	교시	강사명
1	-주제 1 : 밴드스트레칭 -활동내용 : 몸풀기 기본스트레칭과 밴드를 사용한 기초적인 근력운동 -방법 : 온 몸을 스트레칭으로 풀어준 후 밴드를 이용하여 팔고 다리 복부에 근력을 키울수 있는 운동을 한다.	1교시	윤미숙
	-준비물 : 밴드와 편한 복장, 운동화		
2	-주제 1 : 요가 -활동내용 : 몸풀기 스트레칭과 밴드를 이용한 심화근력운동 -방법 : 스트레칭으로 몸을 풀어주고 유연성을 더한다.밴드를 이용하여 좀 더 구체적인 각 신체부위의 근력의 강도를 높여준다.	1교시	윤미숙
	-준비물 : 밴드와 편한 복장, 운동화		

[제02호 서식] 단체(개인) 계획서

수행인력	구 분	성 명	인원(명)	담당 역할
	주강사	윤 미 숙	1명	- 수업진행 - 수업종료후 하교지도 - 수업시 안전교육 및 준비체조
프로그램의 창의성	- 밴드를 이용한 요가			
프로그램의 지역사회 연계성	- 지역의 소외된 계층과 운동을 함으로써 정신과 신체건강의 활력을 증진시킨다.			

[제02호 서식] 단체(개인) 계획서

소요예산

※ 부가세 포함

(단위 : 원)

지출항목	산출내역	소 계	구성비	비 고
주강사비	(1교시) 40,000원×2회×1명=80,000원	80,000	100%	
합 계		80,000	100%	

관리 및 협력방안

구 분	구체적 방안
학생안전 관리계획	<ul style="list-style-type: none"> - 수업 시 안전교육 - 준비체조 - 안전을 위해 준비물을 프로그램 진행하는 곳에 안전하게 모아둠
학생 참여방안	<ul style="list-style-type: none"> - 출석부관리 - 전화 및 문자로 참여독려
학교와의 협력방안	<ul style="list-style-type: none"> - 사전협의(전화,방문,e-mail) - 학교 상황에 따라 조정여부 점검(수업일정,인원,프로그램내용등) - 날씨 등 특별상황시 진행협의

[제02호 서식] 단체(개인) 계획서

단체(개인) 소개				
신청구분 (V표시)	단체	개인	단체(개인)명	윤미숙
		V		
대표자명	윤미숙		담당자명	윤미숙
대표자 휴대전화	010-2720-8892		담당자 휴대전화	010-2720-8892
단체 홈페이지	-		e-mail	yinxing@hanmail.net
프로그램 진행 공간 보유현황	예 <input type="checkbox"/> / 아니오 <input checked="" type="checkbox"/>		프로그램 수용인원 (공간 보유한 경우)	-
아동·청소년 교육활동 경력	은평구	- 2017년 역촌초1,2학년 음악줄넘기(스트레칭강사) 재능기부		
	타구			
주강사 주요이력				
주강사명	윤 미 숙			
관련 프로그램 운영 경험	- 2017년 역촌초1,2학년 음악줄넘기(스트레칭강사) 재능기부 - 2018년 은평구 평생학습관 요가동아리 강사 재능기부 - 2019년 토정골사랑방 밴드스트레칭&요가 강사 재능기부 - 2019년 주민자치건강교실 요가 강사 재능기부			
자격 사항	- 2020년 밴드스트레칭 지도자 자격증			

프로그램 사진자료



은평구 평생학습관 요가동아리 수업



토정골사랑방 밴드스트레칭수업



토정골사랑방 요가수업



은평구 주민대상 부모,자녀 줄넘기수업 스트레칭
재능기부



역촌초1학년 줄넘기수업 스트레칭 재능기부



주민자치건강교실 요가수업