

고성읍 농촌중심지활성화사업 지역역량강화 건강 매니저 양성 교육생 모집

고성읍 농촌중심지활성화사업으로 조성될 예정인 커뮤니티 큐어센터 내 체력 진단실, 순환운동실 등 활용을 위한 인력 양성을 위해 「건강 매니저 양성 교육」 과정을 진행합니다. 교육에 관심이 있는 주민들의 많은 참여 바랍니다.

❖ 모집기간: 2024. 1. 15.(월) ~ 1. 26.(금)

❖ 교육개요

- 교육과정: 5~6페이지 참고

· 전신운동의 이해 및 신체활동

· 개인별 체성분 검사 및 체형 검사

- 교육정원: 기수별 20명(선착순) / 1기, 2기 운영(정원 모집시)

- 교육일시: 2024. 2. 5. ~ 5. 1. (월, 수 주2회 / 2시간, 각 24차시)

1기 오전(10시~12시), 2기 오후 (14시~16시)

- 교육장소: 고성박물관 1층 강의실

※ 교육일정 및 장소의 경우 사정에 따라 변경될 수 있으며, 변경 시 사전 안내 예정

❖ 모집기준: 건강관리에 관심이 있는 고성군민 누구나 신청 가능

❖ 신청방법: 고성군홈페이지 통합예약

(<https://www.goseong.go.kr/reserve/index.goseong>)

❖ 교육비: 무료

○ 세부교육내용(안)

일정			교육내용	
1~2 차시	1기	0/0(0)	오리엔테이션 검사·관독·문진	<ul style="list-style-type: none"> ○ 오리엔테이션 - 교육과정 소개, 일정 안내 등 ○ 개인별 체성분 검사 및 체형 검사(1차)
	2기	0/0(0)		
3~4 차시	1기	0/0(0)	이론 및 신체활동	<ul style="list-style-type: none"> ○ 전신운동의 이해 및 신체활동
	2기	0/0(0)		
5~6 차시	1기	0/0(0)	이론 및 신체활동	<ul style="list-style-type: none"> ○ 어깨의 구조와 기능
	2기	0/0(0)		
7~8 차시	1기	0/0(0)	이론 및 신체활동	<ul style="list-style-type: none"> ○ 등의 구조와 기능
	2기	0/0(0)		
9~10 차시	1기	0/0(0)	이론 및 신체활동	<ul style="list-style-type: none"> ○ 복부의 구조와 기능
	2기	0/0(0)		
11~12 차시	1기	0/0(0)	검사·관독·문진	<ul style="list-style-type: none"> ○ 개인별 체성분 검사 및 체형 검사(2차) - 1차 검사 결과 비교 분석
	2기	0/0(0)		
13~14 차시	1기	0/0(0)	이론 및 신체활동	<ul style="list-style-type: none"> ○ 팔(이두)의 구조와 기능
	2기	0/0(0)		
15~16 차시	1기	0/0(0)	이론 및 신체활동	<ul style="list-style-type: none"> ○ 팔(삼두)의 구조와 기능
	2기	0/0(0)		
17~18 차시	1기	0/0(0)	이론 및 신체활동	<ul style="list-style-type: none"> ○ 엉덩이(힙 조인트)의 구조와 기능
	2기	0/0(0)		
19~20 차시	1기	0/0(0)	이론 및 신체활동	<ul style="list-style-type: none"> ○ 하체(대퇴/하퇴)의 구조와 기능
	2기	0/0(0)		
21~22 차시	1기	0/0(0)	이론 및 신체활동	<ul style="list-style-type: none"> ○ 가슴(대흉근)의 구조와 기능
	2기	0/0(0)		
23~24 차시	1기	0/0(0)	검사·관독·문진 수료식	<ul style="list-style-type: none"> ○ 개인별 체성분 검사 및 체형 검사(최종) - 1차·2차 검사 결과 비교 분석 및 성과 공유 ○ 수료식
	2기	0/0(0)		